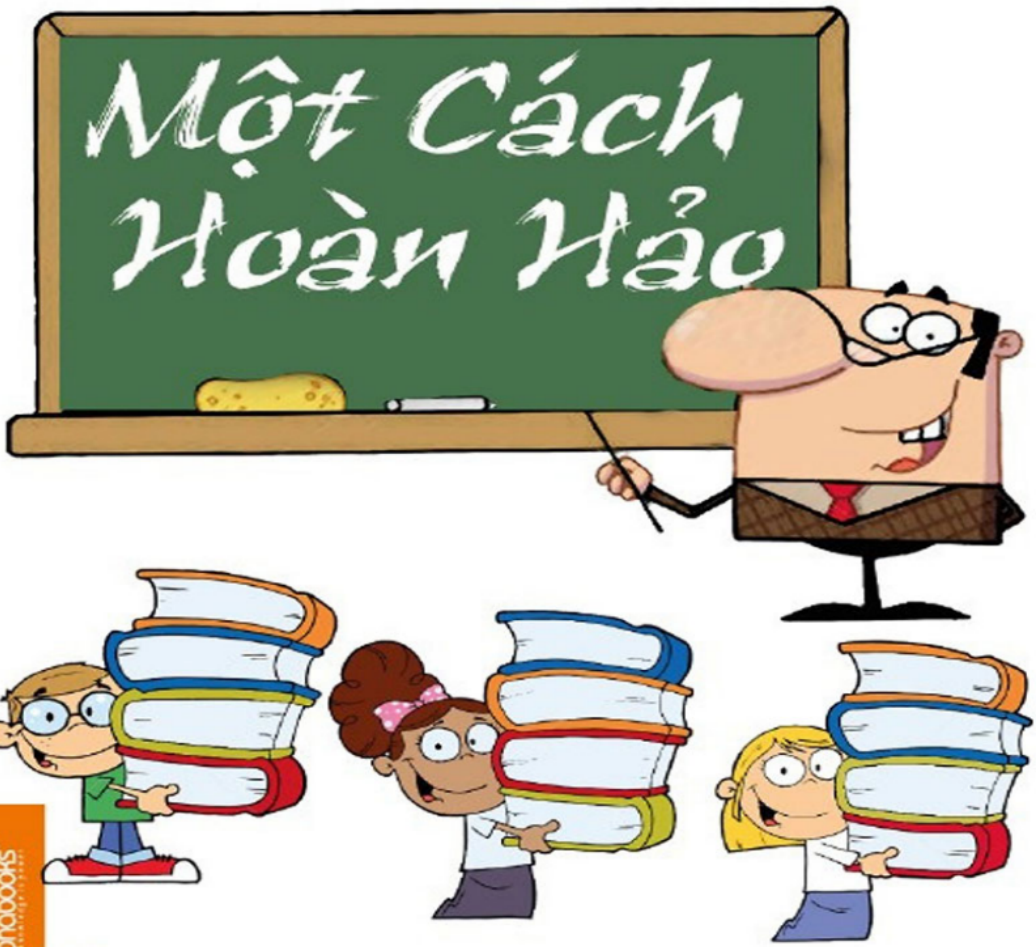
Alpha Books biên soạn

S4S
skill for success
Kỹ năng nhỏ
Thành công lớn

Bí quyết

Vượt Qua Kỳ Thi

Một Cách Hoàn Hảo



NXB THANH NIÊN

alphabooks

Duong Kobo's Book Club

Tủ sách Kỹ thuật số
dành cho
Kindle & Kobo

SCAN TO JOIN

Phần 1
BÍ QUYẾT HỌC VÀ ÔN TẬP HIỆU QUẢ

Hầu hết sinh viên chúng ta lo lắng về lượng kiến thức mà ta tiếp nhận được hơn là cách mà ta tiếp nhận chúng. Tuy nhiên trên thực tế, có được lượng kiến thức lớn hơn so với bạn bè ở một giai đoạn nào đó cũng chỉ tương tự như việc bạn được xuất phát sớm hơn chút ít mà thôi, còn cách học mới chính là vận tốc và tay lái - yếu tố quyết định bạn có cán đích thành công hay không. Khó tồn tại cách học chung nhất cho tất cả mọi người, nhưng có những yếu tố cơ bản bất cứ ai cũng áp dụng được thay vì tuyên bố: "Tôi chỉ biết học là học thôi" và bỏ qua cơ hội nâng cao hiệu quả học tập cho mình. Dù bạn học theo cách nào thì cũng đừng nên quên lưu ý bốn khẩu quyết:

Học có mục tiêu;

Học có phương pháp;

Học có nguyên tắc;

Học có… mẹo.

1

Xác định mục tiêu học tập

Nếu không có mục đích và định hướng thì nỗ lực và lòng dũng cảm cũng trở nên vô nghĩa.

- John F. Kennedy

Nếu như trong cuộc thi chạy marathon, bạn cần có vạch đích để biết mình phải chạy đến đâu, cần nỗ lực bao nhiêu nữa để trở thành người cán đích đầu tiên thì trong việc học, thiếu đi mục tiêu sẽ khiến bạn đánh mất động lực phấn đấu, chưa nói đến một kế hoạch học tập chỉn chu.

Để nhập cuộc ngay từ đầu, hãy suy nghĩ nghiêm túc về hai vấn đề sau:

Học vì ai và vì điều gì?

Nhiều người nghĩ câu hỏi này thật ngớ ngẩn: Ai học mà chẳng có lý do, nếu không phải cho mình thì cũng là vì bố mẹ; nếu không phải muốn thành tích cao thì cũng để thu nhận kiến thức. Nhưng bạn biết không, mỗi câu trả lời sẽ dẫn bạn đến một chân trời hoàn toàn khác. Hơn nữa, nếu học chỉ để làm cha mẹ hài lòng, vì sĩ diện của bản thân hay vì điểm số thì có thể một lúc nào đó bài vở sẽ trở thành cơn ác mộng. Còn nếu tìm thấy đam mê, bạn sẽ luôn cảm nhận được niềm vui học tập trong những thứ mới mẻ vừa khám phá.

Khả năng hiện tại của bạn đến đâu?

Nếu được tự do lựa chọn, hẳn đa số chúng ta sẽ muốn được văn hay như nhà văn Nguyễn Tuân, toán giỏi như giáo sư Ngô Bảo

Châu, có ngón đàn điêu luyện của nghệ sĩ Đặng Thái Sơn và khả năng học ngoại ngữ thượng thừa cỡ giáo sư Phan Ngọc.

Tuy nhiên, những mong muốn thiếu cơ sở chưa bao giờ là tiền đề của thành công. Hãy thực tế! Bạn giỏi môn gì, yếu môn gì? Bạn bị hổng mảng kiến thức nào, có củng cố hay bổ khuyết được không? Cần bao nhiêu thời gian và công sức nữa để đạt yêu cầu? Nhược điểm lớn nhất của bạn là gì, trí nhớ kém, khả năng tư duy chậm hay tính lười biếng, trễ nải? Trí thông minh có thể cứu bạn trong giới hạn nào và từ chỗ nào thì bạn cần cầu viện đến sự chăm chỉ?

Từ việc cân nhắc động lực và khả năng của mình, hãy đặt ra những mục tiêu: ngắn hạn, trung hạn và dài hạn; mục tiêu lớn và mục tiêu nhỏ. Bạn muốn ra trường với một tấm bằng loại ưu, hay chỉ cần một tấm bằng loại khá nhưng có thật nhiều kinh nghiệm thực tập, làm thêm? Bạn cần đạt học bổng kỳ này, hay đơn giản chỉ là củng cố thật chắc môn tiếng Anh? Bạn cần học giỏi tất cả các môn, hay chỉ cần xuất sắc trong những môn chuyên ngành?

Không cần phải ngần ngại trước những mục tiêu có vẻ quá cao, nếu bạn thấy mình có đủ động lực hay chí ít là một khả năng nào đó để thực hiện nó. Trong trường hợp ngược lại, tốt nhất là nên dẹp bỏ càng sớm càng tốt và tập trung vào những mục tiêu thiết thực hơn.

Không ai khác, chính bạn là người biết rõ nhất mục tiêu, khả năng hiện tại của mình, từ đó xác định cách học phù hợp nhất.

2

Xác định phương pháp học thích hợp cho bản thân

Khi muốn chế ngự kẻ thù, phương pháp còn quan trọng hơn sức mạnh rất nhiều.

- Henry Wadsworth Longfellow

Rất nhiều sinh viên phàn nàn rằng dù đã thử áp dụng rất nhiều cách học nhưng kết quả vẫn không được như mong đợi. Đầu tiên thì xin hoan nghênh họ – những sinh viên biết cầu tiến và không ngừng học hỏi. Nhưng đợi đã, có điều gì đó không ổn trong chuyện này. Ý tôi là, hình như họ đã "chăm chỉ" hơi thái quá trong việc thử nghiệm phương pháp học cho mình!

Tìm một phương pháp học trong thời buổi thông tin đa dạng như hiện nay là chuyện khá dễ dàng, nhưng lọc ra từ đó cách học - ôn hiệu quả và phù hợp nhất với bản thân mới là điều cốt yếu. Phương pháp học phù hợp cũng như một đôi giầy vừa cỡ, giúp bạn bước đi tự tin và vững chắc hơn. Tùy thuộc vào tính cách và khả năng, có người sẽ cảm thấy dễ dàng khi học theo kiểu sơ đồ và hình vẽ, có người thích diễn đạt kiến thức bằng lời nói, người lại có khả năng ghi nhớ bằng cách hình dung dàn ý trong đầu... Nhiều sinh viên cần phải viết tóm tắt dàn ý ra giấy, vẽ sơ đồ hay nghe đi nghe lại bài giảng của giáo viên; có người lại "dị" đến mức phải đi quanh nhà hay đội sách lên đầu mới học được... Ngoài ra, mỗi môn cũng cần có cách học riêng - bạn không thể học Triết học hay Lịch sử Đảng theo cách mà bạn học môn Toán cao cấp được. Hãy cứ thử vài phương pháp khác nhau và tự đánh giá hiệu quả của chúng đối với việc tiếp thu. Cũng không nhất thiết chỉ chăm chăm vào một hướng đi duy nhất, hãy kết hợp các phương pháp sao cho hợp lý, miễn là đừng quá ôm đồm. Chớ nên ham hố đến

mức biến việc học của bạn thành nồi lẩu thập cẩm hay cuộc thí nghiệm các công thức mới, bởi bất cứ phương pháp nào dù tốt đến đâu cũng cần thời gian và sự ổn định để phát huy tác dụng.

Chúng cần được áp dụng theo kiểu "mưa dầm thấm lâu", tức là thường xuyên và liên tục. Ngược lại, nếu chỉ coi chúng là giải pháp "cấp cứu", như trong khi ôn thi chẳng hạn, trí não bạn sẽ phải vô cùng vất vả để làm quen với lối tư duy mới, mà hiệu quả thu được chẳng đáng là bao.

Một phương pháp học không bao giờ là hoàn hảo với tất cả mọi người, vì thế đừng mất thời gian đi tìm sự hoàn hảo. Hãy chọn ra phương pháp thích hợp với mình và cố gắng áp dụng nó hiệu quả nhất.

3

Xây dựng hệ thống học tập

Biết cách học là đủ chứng tỏ bạn thông thái.

- Henry Brooks Adams

Bạn nghĩ những tay sinh viên khôn ngoan học thế nào? Nếu may mắn, bạn sẽ biết một sinh viên ngành Ngoại ngữ sáng tạo ra những trò chơi đố vui để học từ mới; hay một sinh viên chuyên ngành Khoa học Chính trị tạo ra những tấm bản đồ kiến thức cực lớn trên tường, nối các khái niệm với nhau bằng những sợi len nhiều màu sắc. Những tay sinh viên khôn ngoan thường xây dựng cho mình hệ thống học tập riêng rõ ràng, có hệ thống và sáng tạo. Hãy làm theo những ví dụ kể trên, và sáng tạo theo cách riêng của mình. Bạn không bao giờ nên bắt tay vào học nếu thiếu đi một kế hoạch hệ thống về những gì bạn sẽ ôn tập, ôn tập bằng cách nào và ôn tập bao nhiêu lần.

Xây dựng hệ thống học tập cho riêng mình là chia một công việc lớn thành những phần nhỏ dễ hoàn thành, và hệ thống này sẽ giải phóng năng lượng của bạn, giúp bạn tập trung vào việc học thay vì lo lắng quẩn quanh xem nên làm thế nào, bắt đầu từ đâu. Nếu không có một hệ thống học tập, rốt cuộc bạn sẽ cứ lang thang đầy may rủi giữa các tài liệu, nhìn vào đống sách cao chót vót với sự bất lực trong tâm trí và nỗi phiền muộn trong tim. Với một hệ thống học tập rõ ràng, những công việc của bạn trở nên dễ thực hiện hơn rất nhiều. Trước khi bạn lao vào đọc cuốn sách đầu tiên, hãy bỏ ra mười phút để tập trung viết cụ thể kế hoạch học tập. Sau đó lập bảng liệt kê những công việc cần làm và những ô tương ứng để đánh dấu khi đã hoàn thành. Một khi bạn yên tâm rằng hệ thống này có thể chuẩn bị cho bạn đầy đủ những việc cần làm, bạn sẽ không còn bất kỳ nỗi lo lắng nào về việc liệu bạn đã sẵn sàng cho kỳ thi sắp tới hay chưa. Trách nhiệm của bạn lúc này

giảm xuống chỉ còn sắp xếp thời gian để hoàn thành từng việc trong kế hoạch.

Thêm nữa, phương pháp học của bạn càng sáng tạo càng tốt. Nó sẽ giúp bạn bớt cảm thấy chán nản, đem lại cho bạn những điều mới mẻ, và tạo ra những liên kết trí óc mạnh mẽ hơn. Đó là lý do tại sao bạn sinh viên chuyên Ngành ngoại ngữ lại thiết kế ra trò chơi đố vui, và bạn học chuyên ngành Khoa học Chính trị lại dán những sợi len lên tường. Hệ thống học tập của họ thật toàn diện và thú vị. Họ đang học tập một cách khôn ngoan, và bởi vậy họ sẽ rất xuất sắc.

Trong học tập, việc lên kế hoạch học tập như thế nào cũng quan trọng không kém quá trình học tập. Nếu không có hệ thống học tập khoa học và thú vị, bạn có thể sẽ hoàn toàn lãng phí thời gian, sức lực của mình, cũng như nhận phải nhiều điểm kém.

4

Phương pháp kinh điển: Luyện tập, luyện tập và luyện tập

Thiên tài bao gồm 1% cảm hứng và 99% là mồ hôi công sức.

- Thomas Edison

Có điểm nào chung trong câu chuyện về những thiên tài như nhà soạn nhạc tài danh Mozart, tỷ phú Bill Gates, huyền thoại Apple Steve Jobs hay bộ óc vĩ đại Albert Einstein? Đó là dù được sinh ra với tài năng thiên bẩm, con đường dẫn tới thành công của họ không hề trải hoa hồng. Bí quyết của họ hoàn toàn không có gì đặc biệt hay bí ẩn: Chỉ có luyện tập, luyện tập, và luyện tập.

Muốn thành công trong học tập, bạn cũng không còn cách nào khác ngoài sự luyện tập kiên trì. Trước hết, hãy bắt đầu bằng kiến thức và những bài tập căn bản trong giáo trình. Tiếp đến, tận dụng nguồn sách tham khảo và tài liệu để tìm kiếm công thức, các dạng đề mới. Cuối cùng, khi đã nắm được vốn kiến thức mở rộng, hãy tìm đến những bài tập hóc búa hơn; đừng quên so sánh chúng với đề thi của các năm trước để học cách đánh giá độ khó - dễ của đề thi. Tất nhiên, trong suốt quá trình ấy, bạn cũng đừng quên dặm lại bước kiến thức căn bản nếu không muốn "chết đuối trên cạn" bởi những thứ tưởng chừng quá dễ so với sức mình... Không chỉ là bàn đạp vững chắc cho thi cử, phương pháp này còn giúp chúng ta có được sự ổn định tâm lý trước mỗi kỳ thi. Mà chỉ riêng sự tự tin đã đủ mang về cho bạn phân nửa thành công rồi.

Chuyện kể rằng, danh họa Leonardo da Vinci khi mới học vẽ đã phải mất hai năm ròng cho riêng một bài học vẽ trứng.

Câu hỏi dành cho bạn: Ý nghĩa của việc vẽ trứng trên là gì?

Nhiều người nghĩ rằng đó là bài học về sự chăm chỉ và nhẫn nại. Nhưng không, bạn thân mến! Đó là câu chuyện về quá trình rèn luyện kỹ năng. Luyện tập không có nghĩa là cần mẫn làm một công việc lặp đi lặp lại một cách nhàm chán. Thành quả của việc luyện tập cũng không nằm ở chỗ bạn vẽ được một trăm hay một ngàn quả trứng, trong một ngày hay mười năm; mà ở chỗ qua từng ngày, bạn nắm được cách quan sát, cách bóng đổ, cách "bắt" luồng ánh sáng rọi vào. Bạn phải trở thành một chuyên gia, ít nhất là về vẽ trứng.

Đa phần sinh viên đều mắc lỗi này: họ chỉ chú tâm làm sao để hoàn thành tất cả đống bài tập và lúc nào cũng bị ám ảnh bởi câu hỏi có còn dạng bài nào mình chưa kịp làm qua hay không. Trong khi đó, với những sinh viên biết cách học, bài tập không phải là mục đích, mà chỉ là công cụ giúp họ thu nhặt kiến thức. Họ nghiền ngẫm, rút ra những dạng bài, quy tắc, bản chất, từ đó không cần làm nhiều mà vẫn không hề bị bất ngờ lạ lẫm trước bất kỳ dạng bài nào. Một khi thấu hiểu và áp dụng được điều này, bạn sẽ thấy sự thay đổi đáng kinh ngạc.

Có công mài sắt, có ngày nên kim.

5

Công nghệ là công cụ

Giữa công nghệ tiên tiến và điều kỳ diệu gần như không có sự khác biệt.

- Arthur C. Clarke

Trong thời đại ngày nay, sẽ thật lạc lõng nếu một sinh viên không biết tận dụng công nghệ cao để phục vụ cho việc học của mình. Hầu hết các bạn trẻ giờ đây đều đã biết đến sự cần thiết của từ điển điện tử, phần mềm trắc nghiệm, chương trình đọc sách điện tử hay những ứng dụng ghi chú và nhắc việc.

Với một số ngành học đặc thù như mỹ thuật, kiến trúc, báo chí,... các ứng dụng dựng đồ họa, dựng phim, xử lý ảnh, các thiết bị số như máy ảnh, máy ghi âm lại càng không thể thiếu. Hay gần gũi nhất là chiếc điện thoại di động, hãy tưởng tượng một ngày nó bỗng dưng biến mất, bạn sẽ khổ sở thế nào để tìm gặp giáo viên hướng dẫn làm khóa luận, tập hợp nhóm bạn bè, hoặc chỉ biết khóc nếu phòng học bất ngờ đổi từ tầng 7 dãy nhà này sang tầng 3 của dãy đối diện.

Internet giúp cho việc tìm kiếm và lưu trữ thông tin trở nên thuận tiện và đơn giản hơn nhiều, nhưng để sử dụng chúng hiệu quả, bạn vẫn phải có mẹo. Nếu như đống tài liệu, sách vở chồng chất trên bàn từng làm bạn phát điên, thì đừng để điều đó lặp lại trong thời đại số. Chiếc máy tính là một kho dữ liệu hay bãi rác thông tin tùy theo cách bạn sắp xếp chúng có gọn gàng, khoa học hay không. Trước mỗi học kỳ, hãy tạo một hệ thống thư mục theo từng môn, rồi xếp các slide bài giảng, tài liệu tham khảo, ghi chú… trong suốt quá trình học vào đúng chỗ.

Sao lưu dữ liệu cũng là một kỹ năng không thể bỏ qua nếu bạn

không muốn có ngày khóc dở mếu dở vì ổ cứng máy tính hỏng bất chợt, mất điện đột ngột, hay đơn giản là trót ấn nhầm nút "Không lưu" khi đóng file bài luận dang dở. Hiện có rất nhiều tiện ích lưu trữ đám mây thông dụng như SugarSync, Dropbox, hay gần đây nhất là Google Drive - những kho dữ liệu online mà bạn có thể truy cập mọi lúc, mọi nơi, trên mọi thiết bị và dễ dàng chia sẻ với các bạn cùng lớp.

Bên cạnh sách, luận văn và tạp chí khoa học, các diễn đàn chuyên ngành cũng là nguồn tham khảo không thể thiếu nếu bạn thực sự nghiêm túc với việc học và tương lai nghề nghiệp của mình. Ở đó, bạn không chỉ thu thập được những thông tin hữu ích mà còn có cơ hội trao đổi, tương tác với những người có cùng mối quan tâm, cũng như cơ hội học hỏi từ những "cao nhân" mà bạn không dễ gì được gặp ngoài đời.

Tuy nhiên, một điều đáng tiếc là không ít bạn sinh viên đã trở nên lười biếng, ỷ lại vào công nghệ, mà không hiểu rằng dù có phát triển đến đâu chăng nữa thì nó cũng chỉ là công cụ hỗ trợ, chứ không thể "học hộ" cho bạn được. Chủ quan vì đã có sẵn file bài giảng, nhiều sinh viên tìm cách trốn học, hoặc lên lớp nhưng không thèm nghe giảng hay ghi chép. Tệ hơn nữa, nhiều bạn đã có thói quen "học hỏi" bằng cách bê nguyên bài nghiên cứu trên báo vào tiểu luận của mình mà không hề ghi nguồn trích dẫn; thậm chí sử dụng bình luận của thành viên nào đó trên diễn đàn vào bài mà không cần xác minh lại xem những kiến thức đó có chính xác hay không. Cả về mặt đạo đức và pháp luật, đó đều là những hành động không thể chấp nhận được.

Mạng là ảo, nhưng con người là thật. Một sinh viên tự trọng không chỉ biết lựa chọn thông tin để phục vụ cho nhu cầu của mình, mà còn biết đóng góp tri thức của mình và tôn trọng đóp góp của người khác nữa. Làm được điều đó, chắc chắn bạn sẽ tiến xa.

6

Tham gia học nhóm

Một cây làm chẳng nên non Ba cây chụm lại nên hòn núi cao.

- Ca dao Việt Nam

Một mình trong góc phòng yên tĩnh hay cả buổi trưa sau giờ học trên thư viện không phải lúc nào cũng mang lại hiệu quả tối ưu. Đôi lúc việc đó giống như một mình khiêng một chiếc bàn gỗ lên gác vậy - đơn độc, nặng nề, căng thẳng và chỉ muốn vứt quách nó đi. Đừng tự hành xác bằng cách cô lập mình như thế.

Học nhóm - tại sao không?

Trong nhiều trường hợp, vài cái đầu chụm lại bao giờ cũng sáng suốt và đầy đủ hơn chỉ một cái đầu. Ngay cả khi bạn tự tin rằng mình có thể hoàn thành tốt mọi thứ một mình, bạn vẫn cần học cách trao đổi và chia sẻ kiến thức với những người xung quanh. Sự có mặt của người khác cũng có thể là nhân tố kích thích khiến đầu óc bạn hoạt động tích cực hơn.

Học nhóm, có nghĩa là học cách dùng ưu điểm của người này bổ khuyết cho nhược điểm của người kia, dùng sức của nhiều người thay cho một người để có được sản phẩm quy mô hơn, hoàn hảo hơn, nhanh hơn. Không phải vô tình mà kỹ năng làm việc nhóm lại là một trong những kỹ năng được đánh giá cao nhất trong hồ sơ xin việc của bạn sau này.

Học nhóm thế nào cho hiệu quả?

Trước tiên, để việc học chung thuận lợi và hiệu quả, hãy thỏa thuận những nguyên tắc chung mà mọi thành viên phải tuân thủ, ví dụ như phải hoàn thành phần việc được giao đúng hạn, khi có

bất đồng thì lấy theo ý kiến số đông, hay do trưởng nhóm quyết định...

Mức độ chênh lệch trình độ giữa các thành viên càng nhỏ, hiệu quả làm việc càng cao. Tuy nhiên, trong những nhóm học tập được phân công trên lớp, sự chênh lệch là khó tránh khỏi. Trong trường hợp đó, nhóm trưởng càng cần thể hiện vai trò trong việc phân công nhiệm vụ rõ ràng, công bằng và tận dụng được thế mạnh của mỗi thành viên, tránh tình trạng đóng góp không đồng đều gây mất đoàn kết trong nhóm.

Học nhóm là chia sẻ, nhưng không có nghĩa là thành viên yếu hơn dựa dẫm, trông chờ vào các thành viên khác, mà càng phải tích cực, chủ động và có trách nhiệm. Hãy hoàn thành phần việc của mình tốt nhất có thể, nhưng đừng ngần ngại chia sẻ khó khăn với các thành viên khác để giúp nhau tháo gỡ, cũng đừng ngại ngần đưa ra ý kiến với bạn cùng nhóm. Chính những điều nhỏ nhặt này sẽ giúp các thành viên thêm sôi nổi, hào hứng và gần gũi nhau hơn. Nhóm càng hiểu nhau, việc phối hợp càng ăn ý và đương nhiên hiệu quả cũng cao hơn.

Những điều cần tránh

Giữ quyền phát biểu của mình không có nghĩa là luôn sẵn sàng cắt ngang câu nói của các thành viên khác. Hãy lắng nghe với một tâm thế tích cực, cầu thị và xây dựng, đừng vì thể hiện cái tôi của mình mà để xảy ra bất hòa, xích mích không đáng có.

Sự thiếu đồng đều về học lực của các bạn trong nhóm là khó tránh khỏi, vì thế việc coi thường các bạn kém hơn mình hay tự ti trước người giỏi hơn đều dở như nhau. Sự khiêm tốn và cầu tiến luôn là tiêu chí hàng đầu để học nhóm hiệu quả.

Cuối cùng, đừng tạo ra không khí quá gò bó và căng thẳng trong khi học nhóm. Ngoài giờ học, cả nhóm có thể tổ chức các buổi đi cắm trại, xem phim, tán gẫu, giúp các thành viên trong nhóm thân thiết và hiểu nhau hơn.

Học nhóm không chỉ giúp bạn mở mang kiến thức mà còn mang lại cơ hội giao lưu, kết bạn với những sinh viên ưu tú khác.

7

Phương pháp học “3-trong-1”

Kiến thức chỉ có được qua tư duy của con người.

- A. Einstein

Với các môn học mang tính kỹ năng nhiều hơn lý thuyết như môn Ngoại ngữ, bạn không thể đạt được kết quả như ý nếu chỉ chăm chăm học thuộc lòng hay luyện đi luyện lại các bài tập ngữ pháp. Hãy thử áp dụng phương pháp “3-trong-1” được cho là khá hiệu quả dưới đây.

Mục tiêu chính của việc học Ngoại ngữ là giúp người học sử dụng được một ngôn ngữ khác thông qua kết hợp bốn kỹ năng **Nghe-Nói-Đọc-Viết, hay Quan sát-Luyện tập-Thể hiện** thật nhuần nhuyễn. Nhưng đáng tiếc là, hầu hết chương trình học tại Việt Nam mới chỉ chú trọng đến việc rèn luyện ngữ pháp chứ chưa quan tâm đầy đủ đến kỹ năng, hay thừa lý thuyết, thiếu thực hành... khiến sinh viên không thể hoặc khó áp dụng kiến thức vào những tình huống cụ thể. Rất có thể trong khi học, bạn đã chia tách các kỹ năng rồi lại lúng túng khi vận dụng chúng vào các hoàn cảnh giao tiếp, các bài tiểu luận hay giờ thảo luận trên lớp. Nó là nguyên nhân của nhiều tình huống dở khóc dở cười, như việc sinh viên biết tiếng Anh mà không thể chỉ đường cho một người nước ngoài, hay một bạn sinh viên hát tiếng Anh như gió nhưng lại sai ngữ pháp và lỗi câu nghiêm trọng trong bài thi. Phương pháp “3-trong-1” giúp kết nối các kỹ năng, xóa tan sự lúng túng của bạn khi đứng trước một người bạn nước ngoài hay một bài luận ngắn.

Luyện tập thế nào? Rất đơn giản, mỗi khi học một từ mới, công thức ngữ pháp, phối câu và từ..., bạn hãy kết hợp các giác quan cùng một lúc. Với mỗi từ mới, đừng chỉ viết từ đó ra giấy, mà còn

nên xem cách phát âm của nó trong từ điển, đọc to để kiểm tra phần phát âm và điều chỉnh cho thích hợp, tìm tình huống thích hợp vận dụng nó vào câu cụ thể và biết lúc nào nên dùng từ này, lúc nào không được. Hãy rủ một vài bạn thành lập nhóm học Ngoại ngữ, áp dụng phương pháp rèn luyện "3-trong-1", hỗ trợ và giúp nhau cùng tiến bộ.

Bạn cũng có thể tham gia các câu lạc bộ ngoại ngữ, đi làm thêm ở các tổ chức quốc tế, hay đơn giản là dẫn đường cho một khách du lịch nước ngoài, lắng nghe và học cách nói chuyện từ họ, liên hệ với những thứ mình đã học. Trong thời buổi mở cửa hiện nay, có thể học được ở bất cứ đâu, miễn là bạn thực sự muốn.

Một trong những sai lầm của nhiều sinh viên học Ngoại ngữ là tách biệt các kỹ năng. Hãy kết hợp chúng lại. Chỉ khi nhận ra mối liên hệ giữa các kỹ năng, bạn mới biết phải cải thiện điểm yếu nào của mình.

8

Học hàng ngày

Trong cách học, phải lấy tự học làm cốt.

- Hồ Chí Minh

Sinh viên cũng như một tay chơi golf chuyên nghiệp. Bất kỳ ai theo đuổi môn thể thao này cũng sẽ nói với bạn, chơi golf phụ thuộc rất nhiều vào vận may. Dù người chơi có giỏi đến đâu, anh ta vẫn có thể gặp vận may cũng như vận rủi. Nếu may mắn, mỗi cú đánh đều đưa bóng đến nơi anh ta muốn. Nếu xui xẻo, mỗi cú đánh dường như đi ngược lại hoàn toàn với ý muốn của người chơi. Thật ngạc nhiên, học đại học cũng giống như vậy. Bạn sẽ trải qua những ngày mà sự tập trung của bạn không thể bị phá vỡ. Bạn hoàn thành công việc nhanh chóng và hiệu quả. Bạn kết thúc mọi việc trước thời hạn, sớm hơn rất nhiều so với thời gian bạn đặt ra, và cảm thấy rất hài lòng về bản thân mình. Nhưng có những lúc bạn gặp phải vận rủi. Ngày qua ngày, bạn chẳng đọc xong lấy một cuốn sách. Bạn thấy mệt mỏi, mất cảm hứng và chán chường. Một trong những bí quyết quan trọng nhất để thành công ở bậc đại học là ngăn chặn sự mất hứng đó. Và may mắn thay, không giống như chơi golf, mục tiêu này dễ thực hiện hơn rất nhiều. Điều cần nhớ ở đây là hãy kiên trì. Sinh viên thường mất hứng sau khi trải qua một kỳ nghỉ dài không đụng gì đến sách vở, và rồi cảm thấy khó có thể quay trở lại nhịp làm việc bình thường. Để ngăn chặn điều đó, bạn cần phải học một khối lượng bài vở nào đó mỗi ngày. Điều này không có nghĩa là bạn phải từ bỏ mọi kế hoạch giao lưu với bạn bè vào dịp cuối tuần và trở thành kẻ mọt sách. Thay vì vậy, hãy học một chút mỗi ngày. Vào thứ Sáu, bạn có thể học khoảng một tiếng ngay sau khi tan học, bạn sẽ thấy khá dễ chịu. Vào tối thứ Bảy, bạn hãy dành thời gian nghỉ ngơi hoặc đi chơi cùng bạn bè, nhưng buổi chiều hôm đó, hãy dành ra một chút thời gian để làm một hay hai bài tập trong khi tất cả mọi người vẫn còn đang

lơ mơ ngủ. Chủ nhật là ngày làm việc, bạn chỉ cần hoạt động như bình thường. Và không nên nghỉ một ngày nào trong tuần cả.

Khi làm bài tập, bạn sẽ thấy có động lực hơn. Khi học mỗi ngày, bạn sẽ thấy có động lực từng ngày. Bằng cách không cho phép bản thân chìm vào những đợt nghỉ dài không đụng đến sách vở, bạn sẽ ngăn chặn được khả năng rơi vào những chuỗi ngày mất hứng mà nếu bước vào sẽ rất khó thoát ra. Một cam kết bền vững hàng ngày đối với việc học sẽ tạo ra một chu trình củng cố kiến thức và tăng năng suất tuyệt vời. Chu trình đó sẽ giúp bạn trở thành "tay golf" xuất sắc trong việc học.

Việc bạn học mỗi ngày bao nhiêu không quan trọng; miễn là nếu học một chút mỗi ngày, bạn sẽ đạt được trạng thái cân bằng dễ dàng hơn hẳn.

9

Giải quyết nhanh, xử lý gọn

Sự trì hoãn giống như một tấm thẻ tín dụng:

mọi chuyện khá thú vị cho tới khi bạn nhận được hóa đơn thanh toán.

- Christopher Parker

Không có bất kỳ lời biện hộ thỏa đáng nào cho câu nói "Để mai tính". Sự trì hoãn vốn không phải là cách xử lý tình huống thông minh, ngược lại, nó chứng tỏ sự yếu kém trong việc quản lý thời gian của bạn. Hãy nghiêm khắc, dứt khoát với bản thân, đơn giản nhất là qua cách giải quyết nhanh gọn công việc "ngay và luôn".

Kiến thức cũng giống như một cuộn len mà bạn vẫn tin rằng vài nút thắt lỗi chẳng ảnh hưởng gì tới chiếc áo đan dở. Nhưng mỗi ngày tích lại một chút, dần dà mọi thứ sẽ rối tung lên, thậm chí đến mức không thể kiểm soát nổi. Trong học tập cũng vậy, mỗi ngày để lại vài điều khó hiểu không giải quyết sẽ trực tiếp cản trở quá trình học và ôn thi của bạn. Thử tưởng tượng đang làm một bài tổng hợp môn Toán cao cấp cuối kỳ, bạn đột nhiên "chết đứng" trước công thức mà bạn đã từng tặc lưỡi bảo "sẽ nghiên cứu sau". Thế là bạn phải lục tung giáo trình và sách tham khảo và mất rất nhiều thời gian cho cái lẽ ra đã biết rồi. Xong đâu đấy, quay trở lại bài toán dang dở, bạn bắt đầu "tẩu hỏa nhập ma" khi phải giải quyết cái-lẽ-ra-đã biết tiếp theo.

Vậy nên, đừng để dành việc đến lúc ôn tập, mà hãy áp dụng ngay phương pháp "hiểu tận gốc" từ khi bắt đầu môn học hay kỳ học.

Luôn mang theo bên mình một cuốn sổ nhỏ và ghi lại toàn bộ những thắc mắc, công thức hay khái niệm bạn còn chưa hiểu, hay đơn giản là đánh dấu ngay vào giáo trình. Bạn có thể đề nghị thầy cô giáo giảng lại sau giờ học, nhưng cũng nên thử tự tìm tòi, suy nghĩ thêm để nhớ lâu và hiểu rõ hơn. Hãy chắc chắn rằng bạn không còn thắc mắc gì về nó nữa trước khi chuyển sang phần kế tiếp.

Trong trường hợp vấn đề quá khó, quá phức tạp, hay bạn đang quá mệt mỏi, hãy tạm gác nó sang một bên; nhưng nhớ viết lời nhắc nhở lên giấy nhớ, dán vào nơi nào dễ nhìn và tìm cách xử lý nhanh nhất có thể. Còn nếu cứ cố giải quyết vấn đề trong trạng thái mất tập trung, mệt mỏi thì bạn sẽ chỉ tốn thời gian, thêm áp lực và thậm chí còn ảnh hưởng đến hiệu quả học tập.

Bạn không thể trở thành một sinh viên xuất sắc nếu không quản lý nổi thời gian học tập của bản thân. Hãy giải quyết gọn bài vở trong ngày, tránh để công việc chồng chất lên nhau.

10

Viết thật nhiều - không chỉ là những bài tập trên lớp

Thiên tài cũng không là gì khác ngoài sự kiên trì và nhẫn nại.

- George-Louis Buffon

Kỹ năng quan trọng số một của một sinh viên đại học là viết luận. Kỹ năng quan trọng số hai của một sinh viên đại học cũng là viết luận. Kỹ năng quan trọng số ba của một sinh viên đại học, hẳn bạn đã đoán ra, lại là viết luận. Điều này đặc biệt đúng đối với sinh viên ngành khoa học xã hội và ngành ngoại ngữ.

Bạn hẳn đã hiểu ý chúng tôi là gì: Viết luận cực kỳ quan trọng đối với một sinh viên đại học. Bạn chỉ có thể thành công trong môi trường học thuật nếu có khả năng diễn đạt những suy nghĩ của mình rõ ràng và thuyết phục. Điều này có nghĩa là nếu bạn muốn thành công ở trường đại học, bạn cần phải giỏi viết lách. Thực sự giỏi.

Giống như cú ném trúng rổ là cực kỳ quan trọng trong môn bóng rổ, viết lách là kỹ năng quan trọng nhất của một sinh viên. Nếu muốn trở thành vận động viên bóng rổ cừ khôi, bạn cần luyện tập miệt mài để ném được bóng trúng rổ. Nếu muốn trở thành sinh viên xuất sắc, bạn cần phải luyện tập viết lách sau khi hoàn thành những bài tập được giao về nhà. Bạn có thể làm được điều này bằng cách tham gia vào nhóm viết báo ở trường. Đó có thể là tờ tin tức hàng ngày, tạp chí văn học, nội san khoa học, bình luận chính trị, hay một tờ báo hài. Bạn chọn nhóm viết báo nào không quan trọng, miễn là tờ báo đó yêu cầu bạn viết thật tốt và thật đều. Bạn cũng có thể viết những bài tham luận, nhận viết đề xuất kế hoạch cho những câu lạc bộ bạn tham gia, hoặc gửi bài viết tới các tờ

báo, tạp chí. Nếu sáng tạo, bạn có thể viết truyện ngắn, kịch bản hoặc phim, hoặc viết bình luận cho mục nghệ thuật của các tờ báo sinh viên trên cả nước. Bạn viết kiểu gì không quan trọng, miễn là viết thật đều. Càng chuyển tải được nhiều suy nghĩ thành bài viết, bạn càng trở nên giỏi trong lĩnh vực sống còn này.

Hãy học tập Larry Bird – một vận động viên bóng rổ tuyệt vời. Dù vui vẻ hay buồn bã, khỏe mạnh hay mệt mỏi, anh vẫn luôn tập ném bóng một trăm lần mỗi ngày. Bạn nên làm như vậy. Hãy bắt buộc bản thân viết nhiều nhất có thể. Có một cách mà nhiều nhà văn thường làm, đó là ngày nào bạn cũng viết, không cần nhiều, nhưng viết thường xuyên và duy trì lịch viết đều đặn. Làm như vậy, bạn sẽ tự động hình thành phản xạ viết lách tốt. Đây là một kỹ năng không thể thay thế và cực kỳ cần thiết để thành công ở bậc đại học. Hãy thật thành thạo kỹ năng này.

Hãy luyện viết thật chăm chỉ, đều đặn hàng ngày. Bạn có thể cải thiện được kỹ năng viết và thậm chí kiếm thêm thu nhập từ chính sự chăm chỉ đó.

11

Sắp xếp góc học tập gọn gàng

Gọn gàng, ngăn nắp trong cuộc sống thì có thể mở rộng và sáng tạo trong công việc.

- Gustave Flaubert

Nhiều người nghĩ rằng bàn học bừa bộn giấy tờ, giá sách lộn xộn đủ loại sách truyện hay tài liệu nham nhở là minh chứng của một người bận rộn và hết mình với công việc. Nhưng thực tế, đống lộn xộn trước mắt trong nhiều trường hợp có thể khiến bạn phát điên. Một sinh viên thông minh nên đồng thời là nhà quản lý bản thân cừ khôi, và không gì thể hiện điều này rõ ràng hơn một góc học tập gọn gàng, ngăn nắp.

Điều này càng quan trọng hơn trong thời gian ôn thi. Khối lượng kiến thức lớn cộng thêm áp lực thi cử, bạn bè, gia đình... khiến chúng ta vô cùng mệt mỏi. Lúc đó, bạn muốn thoải mái ngồi trong một căn phòng gọn gàng, thơm tho hay ngổn ngang giấy tờ bừa bãi?

Vì thế, hãy đảm bảo phòng học của bạn luôn sạch sẽ, gọn gàng ngay cả khi đó không phải là trước kỳ thi. Luôn chắc chắn rằng góc học tập của bạn đủ ánh sáng, thoáng mát, yên tĩnh. Bàn học nên kê ở trước cửa sổ để tận dụng ánh sáng tự nhiên và không thể thiếu một chiếc đèn bàn đủ sáng để học vào ban đêm. Mỗi tuần hãy dành ra 1-2 tiếng đồng hồ lau dọn phòng, sắp xếp lại bàn học, giá sách, tài liệu theo cách thuận tiện cho bạn nhất. Một ống cắm bút nhỏ, chiếc hộp để những đồ lặt vặt như lọ hồ, kẹp ghim, gọt bút chì... không chỉ làm bàn học gọn gàng hơn mà còn là vật trang trí giúp bạn hứng thú hơn khi ngồi vào bàn.

Một tật xấu của không ít sinh viên là "tích trữ" những đồ không

dùng đến như giấy nháp, sách vở cũ, bàn phím hỏng, kẹp ghim gãy... Hãy dứt khoát bỏ những đồ không dùng nữa, nhượng lại đống sách cũ cho bạn bè, hàng xóm, người thân nếu có thể, hoặc ít nhất là đóng thùng số sách cũ không dùng đến.

Dù có bận rộn thế nào, hãy dành vài phút mỗi ngày sắp xếp lại góc học tập và phòng của mình. Với không gian thoáng đãng, sạch sẽ, tinh thần bạn sẽ thoải mái hơn và trí óc thực sự làm việc hiệu quả.

12
Không giấu dốt

Muốn biết phải hỏi, muốn giỏi phải học.

- Tục ngữ Việt Nam

Có một quy luật không bao giờ cũ trong cuộc sống: đi đêm lắm có ngày gặp ma. Bạn có thể tự do khoác lác với những người mới gặp mặt rằng mình từng được giới thiệu đến làm tại Sàn giao dịch chứng khoán New York sau khi tốt nghiệp, hay được cử đi nước ngoài theo một chương trình hỗ trợ sinh viên tài năng ở trường. Nhưng nên nhớ điều này chỉ vô hại nếu bạn đảm bảo không còn gặp họ lần thứ hai nữa, bởi những mối quan hệ vốn đan xen hết sức nhằng nhịt trong cuộc sống. Và vì bạn không phải là thánh để đảm bảo được những điều ấy, tốt nhất là đừng ba hoa về những gì không thuộc về bản chất của mình.

Trong học tập cũng vậy, bạn không những không thể tiến bộ mà còn có thể bị bẽ mặt nếu cứ cố gắng tạo ra những vỏ bọc giả dối về sự giỏi giang của mình. Hãy thẳng thắn đối diện với hạn chế của bản thân. Không ai trên đời là Giáo sư Biết Tuốt. Mọi người đều đã và đang không ngừng học hỏi, hoàn thiện mình dù còn trẻ hay khi đã đứng tuổi. Vì thế, đừng ngần ngại nhờ sự giúp đỡ với những vấn đề bạn còn thắc mắc. Bạn chưa hiểu rõ về bài giảng vừa rồi ư? Hãy hỏi giáo viên bộ môn, bởi họ chính là người nắm rõ hơn ai hết chương trình học và có cách truyền đạt dễ hiểu, dễ tiếp thu nhất. Nếu ngại lớp học đông người, thì cũng không thầy cô nào nỡ từ chối bạn vài phút sau giờ học.

Bên cạnh đó, bạn bè cũng là người hướng dẫn gần gũi và sâu sát với bạn hơn giáo viên trên lớp. Đừng chỉ nghĩ đến họ khi đi chơi, xem phim, mà lại chấp nhận ngồi cắn bút một mình trong khi đứa bạn là chuyên gia về môn đó. Và tốt nhất, hãy hiểu rõ về người mà

bạn định nhờ để tránh gặp phải một kẻ giấu dốt nhiệt tình khiến vấn đề của bạn càng rối như tơ vò hơn.

Thành thật với lực học của mình và thành thực cầu tiến, bạn sẽ tìm thấy sự chia sẻ để không còn phải một mình lo lắng đến mức mất ăn mất ngủ trước một bài kiểm tra hay kỳ thi nào nữa.

13
Chia nhỏ công việc

Bí quyết của sự dẫn đầu là dám làm, dám thực hiện.

Bí quyết của tinh thần dám làm là chia nhỏ các đầu việc từ phức tạp, rồi rắm thành dễ quản lý, và bắt đầu với nhiệm vụ đầu tiên.

- Mark Twain

Một ví dụ kinh điển về cách giải quyết vấn đề là câu chuyện bó đũa. Nội dung câu chuyện xoay quanh cách bẻ một bó đũa với hai phương án trái ngược nhau: Một bên ra sức cầm cả bó và bẻ, còn một bên dỡ bó đũa ra và bẻ từng que. Tất nhiên, không cần phải đọc truyện, bạn cũng có thể đoán được kết quả của hai phương án đó.

Việc học cũng vậy. Chính áp lực muốn ôm đồm, muốn hoàn thành hết mọi việc cùng một lúc khiến chúng ta nhiều lúc bị quá tải. Bí quyết xử lý mọi việc gọn gàng và khoa học chẳng có gì quá to tát: chia nhỏ, làm từng phần một.

Giả sử tuần này bạn có quá nhiều đầu việc phải lo, nào là hoàn thành bài luận, đi làm thêm ở quán café vào buổi chiều, dạy gia sư, chuẩn bị cho buổi thuyết trình nhóm vào đầu tuần tới, cùng hàng đống việc không tên khác. Thay vì lên Facebook than thở về "tuần đen tối", bạn vẫn còn một cách nhẹ nhàng hơn để vượt qua: Sớm phân chia công việc ra theo từng ngày, từng phần, làm đâu xong đó. Bài luận của bạn sẽ bao gồm ba giai đoạn chính: Tìm đề tài, tìm tài liệu và viết. Thời gian làm thêm buổi chiều đã được cố định, vậy nếu có buổi sáng nào không phải lên lớp, hãy tranh thủ lên thư viện tìm tài liệu tham khảo. Những buổi tối không phải đi dạy, hãy chia đều cho việc họp nhóm, tìm tư liệu và giải quyết các việc khác. Cuối cùng, hãy dành hai ngày cuối tuần chỉ để tập

trung viết xong bài luận.

Một gợi ý hay dành cho bạn là hãy học cách chia đầu việc và thời gian theo phương pháp của Tiến sĩ Steven Covey. Theo đó, bạn nên sắp xếp các đầu việc theo trình tự việc quan trọng cần hoàn thành gấp, việc quan trọng không cần hoàn thành gấp, việc không quan trọng cần hoàn thành gấp, việc không quan trọng không cần hoàn thành gấp. Nhờ bảng phân bố công việc đó, bạn có thể biết mình có bao nhiêu thời gian rảnh, và nên sắp xếp ra sao cho hợp lý. Bấy nhiêu nhiệm vụ giờ gói gọn trong khả năng của bạn.

Giải quyết quá nhiều việc cùng một lúc chỉ có một tác dụng duy nhất, đó là khiến bạn thêm rối tung lên. Hãy chia nhỏ công việc, sắp xếp chúng sao cho thật hợp lý. Một bản thời gian biểu khoa học sẽ giúp bạn giải quyết gọn ghẽ mọi vấn đề.

14
Ghi chép tử tế

Những gì đã nghe, đã thấy, đã hỏi được, đã đọc được thì chép lấy để dùng, để viết.

- Chủ tịch Hồ Chí Minh

Một số sinh viên khoe rằng họ không cần đến vở ghi, hay chỉ có một quyển vở ghi tới 5, 6 môn học. Có thể bạn thật sự thông minh và có trí nhớ tuyệt vời, nhưng tin tôi đi, nếu cứ tiếp tục ghi chép cẩu thả thì sớm muộn gì bạn cũng sẽ gặp phiền phức trong quá trình học hoặc công việc sau này. Nếu bạn không dành một sự cẩn trọng nhất định cho việc ghi chép thì cũng có nghĩa là bạn đang cẩu thả với việc học của chính mình.

Một sinh viên có tư duy tốt không chỉ biết cách ghi chép khoa học, mà còn biết tổ chức sao cho cuốn vở thật dễ nhìn.

Về mặt trình bày, thường thì bài giảng nào cũng có một sườn đề mục định sẵn. Sắp xếp các đề mục theo thứ tự nội dung (I, 1, a...). Hãy dùng bút nhớ hoặc gạch chân các ý hay công thức quan trọng cần nhớ, và cũng đừng quên đánh dấu danh mục bài học bằng các mẩu giấy dán màu nho nhỏ bên mép vở cho tiện tra cứu sau này. Về nội dung, có khá nhiều sinh viên vẫn giữ quan niệm rằng phải ghi hết những gì có trên bảng, hay chép lại không sót một chữ từng câu nói của giảng viên. Cách nghĩ ấy đã quá cũ rồi, ngay cả từ trường phổ thông. Thay vào đó, bạn chỉ cần chọn lọc và lưu lại những thông tin quan trọng của tiết học dựa vào phần đề cương mà chúng ta vừa nhắc đến ở trên. Khoảng thời gian còn lại, hãy dành để nghe giảng, sao cho đến cuối tiết học thì bạn cũng vừa nắm được đại cương bài học.

Cuốn vở thông minh sẽ trợ giúp bạn rất nhiều trong quá trình học

và những ngày ôn thi ráo riết. Hãy tận dụng nó thật hiệu quả, bên cạnh giáo trình và tài liệu bên ngoài. Kỳ thi trước mắt sẽ không còn quá đáng sợ nếu như bạn luôn biết phải sắp xếp mọi việc chỉn chu và khoa học ngay từ đầu học kỳ. Thảm cảnh cuống cuồng dò tìm một ghi chú trong cả tập vở dày kín chữ, lộn xộn không đầu đuôi, hay thiếu mất một phần quan trọng nào đó trong biển chữ viết tay khó coi, tất cả sẽ không còn lặp lại nữa.

Biết cách tổ chức cuốn vở, tận dụng những món dụng cụ nhỏ như kẹp ghim, giấy nhớ, bút nhớ..., bạn sẽ bớt vất vả hơn rất nhiều trong việc nghĩ xem mình phải ôn gì.

15

Đọc những gì mình thích

Khi đọc, hãy tưởng tượng như thể mình đang thưởng thức trái cây hay rượu, hoặc đắm chìm trong tình bạn, tình yêu và cuộc sống.

- George Herbert

Không gì tuyệt vời hơn khi tìm được một cuốn sách thú vị, đặc biệt khi đó lại là tài liệu hữu ích cho bài luận cuối kỳ của bạn. Đọc những gì mình thích chính là bí quyết của những sinh viên thành công.

So với hàng loạt những cuốn sách tham khảo dày cộp khó đọc, thì một tờ báo chuyên ngành bạn vẫn theo dõi hàng tuần, một diễn đàn chia sẻ những vấn đề bạn quan tâm xem ra sẽ thú vị hơn rất nhiều. Được đọc những gì mình thích trước hết sẽ khiến bạn thấy phấn chấn, hứng thú hơn với việc học. Đừng bó hẹp việc học chỉ trong lớp học hay thư viện trường, hãy tìm kiếm tài liệu tham khảo ở bất kỳ đâu bạn thích, bất cứ dạng nào bạn muốn, miễn là chúng hữu ích và hợp lý. Hơn nữa, những tài liệu bạn tâm đắc sẽ được vận dụng chủ động, sáng tạo và giúp bạn nhớ kiến thức lâu hơn. Bài luận của bạn còn có thể được điểm cộng nếu có thêm trích dẫn, phân tích kèm theo ví dụ từ một nghiên cứu khoa học nóng hổi mà bạn vừa tham khảo được trên tạp chí.

Danh mục sách tham khảo trên lớp là những tài liệu bổ ích được thầy cô chọn lọc cho môn học, tuy nhiên, để hiểu và "yêu" được chúng, bạn cũng phải biết cách. Giải pháp khôn ngoan nhất là hãy đọc qua để nắm được những điểm quan trọng, liên quan đến giáo trình và dành khoảng thời gian còn lại tìm đọc những tài liệu ưa thích của bạn. Nắm bắt và tìm hiểu kiến thức từ báo chí, luận văn khoa học, blog, các diễn đàn hay thậm chí là phim ảnh, tiểu

thuyết... sẽ giúp bạn có cái nhìn sinh động và thú vị hơn về những kiến thức bị cho là khô khan, khó hiểu ở trường. Những tài liệu này còn giúp bạn vận dụng hiệu quả lý thuyết vào thực hành – một việc vốn chưa được hướng dẫn nhiều ở lớp học. Đừng chờ đến khi có nhiệm-vụ-đặc-biệt mới cuống cuồng lần tìm những tài liệu "ruột". Hãy đọc những gì mình thích hàng ngày. Ở bến chờ xe buýt, giờ nghỉ trưa, trong nhà ăn, kí túc xá, khuôn viên trường..., bất kỳ đâu bạn muốn. Hãy dành vài giờ đọc lướt những tờ báo cần theo dõi, ghé qua diễn đàn chuyên ngành để bình luận, trao đổi về những vấn đề có liên quan đến môn học trên trường, hoặc dành ngày cuối tuần xem một bộ phim liên quan đến ngành học của bạn. Càng đọc nhiều, bạn càng có cái nhìn sâu sắc, bao quát hơn và những câu hỏi hay đề tài hóc búa của thầy cô giáo sẽ không còn khiến bạn chết đứng hay toát mồ hôi hột nữa.

Bản thân tôi rất thích học các môn về logic, nhưng lại gặp khó khăn với những kiến thức trong giáo trình. Thật may là tôi tìm được những cuốn sách về logic và biện luận tuyệt vời như: *Cãi gì cũng thắng, Viết gì cũng đúng*. Nếu bạn học ngành quản trị kinh doanh, ngoài giáo trình, bạn có thể tìm đọc hàng trăm cuốn sách kinh tế hấp dẫn trên thế giới đã được các nhà xuất bản hàng đầu Việt Nam dịch và ấn hành. Có quá nhiều cơ hội để tự mình biến những kiến thức khô khan trở thành "cây đời mãi mãi xanh tươi". Tại sao lại không chứ?

Đừng coi việc đọc chỉ là nghĩa vụ nhàm chán. Chọn đọc những tài liệu bạn có hứng thú và suy ngẫm về chúng thường xuyên. Đó là cách học hiệu quả bậc nhất.

16

Học mà vui

Hãy chơi bóng. Hãy vui vẻ.

Và hãy sống hết mình với trận đấu.

- Michael Jordan

Cuộc đời không phải bao giờ cũng diễn ra đẹp đẽ, hoàn hảo như bạn mong muốn. Việc học cũng vậy. Trong suốt những năm tháng còn là sinh viên, ắt hẳn đã có đôi lần bạn thấy chẳng còn chút động lực nào với sách vở, bài tập nữa. Bạn mơ hồ trước câu hỏi mình đang ở đây để làm gì và có nên tiếp tục nữa không.

Cái thiếu là ở chỗ, bạn đã không thể biến việc học của mình trở nên vui vẻ. Điều này thoạt nghe có vẻ khiên cưỡng. Bạn vốn chỉ thấy hài hước, vui nhộn khi xem phim, đá bóng, chứ vui sao được với tập tài liệu chồng chất hay những giờ lên lớp dài dằng dặc?

Sự hài hước trong học tập khác với khi bạn thư giãn. Nếu chỉ coi một bài giảng đơn thuần là tập hợp các công thức, khái niệm trừu tượng, loằng ngoằng khó nghe thì dù có mua bao nhiêu sách dạy kỹ năng học đi chăng nữa, bạn vẫn không thể nào thêm thiện cảm với sách vở được. Ngược lại, một chút vui nhộn và hóm hỉnh giúp mọi thứ trở nên vui vẻ, nhẹ nhàng. Một hình vẽ minh họa biến khái niệm khô khan, nặng nề thành hài hước, dí dỏm. Bạn sẽ thu được lượng kiến thức khá lớn từ các câu đối, hay hình vẽ tưởng như vớ vẩn ấy, mà không cần phải quá căng thẳng so với phương pháp học truyền thống.

Hoặc những trang giáo trình kín đặc chữ chắc chắn sẽ không thể hấp dẫn và sinh động bằng một sơ đồ, hay một ví dụ minh họa của giáo viên khiến cả lớp phải phì cười.

Không những vậy, sự hài hước còn giúp bạn tiếp thu kiến thức dễ dàng và sâu hơn vào buổi sáng.

Hình minh họa vui nhộn cho những phần kiến thức trừu tượng, khó hiểu chính là cứu tinh cho quãng thời gian học hành, ôn tập đầy chán nản. Không nhất thiết phải là chuyên gia mỹ thuật, cũng đừng quan tâm đến tỉ lệ cơ thể người, các tỉ lệ xích hay nguyên tắc kết hợp màu rắc rối, vì chúng chỉ khiến bạn hoặc thêm chán nản, hoặc tốn thời gian vô ích. Hãy luôn nhớ công thức vàng của ngành thiết kế: KISS, hay Keep It Simple Stupid – đơn giản đến ngây ngô, mà người ta quen đọc thành Keep It Simple, Stupid! (Đơn giản thôi, đồ ngốc!)

Với các công thức dài hay khó nhớ, hãy thử học bài bằng một bài thơ "tự chế" nho nhỏ. Các câu chuyện vui liên quan đến bài học trên lớp, hay chuyên ngành bạn đang theo học cũng là một hướng tiếp thu kiến thức nhẹ nhàng.

Bạn cũng nên phát huy tác dụng của những câu đùa vui đúng chỗ trong khi học nhóm để các thành viên cùng thư giãn, hay thậm chí chia sẻ thêm những ví dụ vui, các tình huống gây cười trong môn học. Và nếu quá trình ôn thi của bạn bỗng dưng chán ngắt hay mệt mỏi, đừng quên đưa một chút vui nhộn vào những trang đề cương nhé!

Sự hài hước sẽ khiến việc học trở nên bớt nặng nề và tăng phần thú vị. Biết cách vui đùa khi cần thiết, bạn có thể tối đa hóa khả năng học của mình.

17
Lập kế hoạch

Chỉ đặt một mục tiêu duy nhất cho cả một quãng đường dài là chưa đủ. Với mỗi chặng đường, bạn phải có mục tiêu riêng cần đạt được.

- Johann Wolfgang von Goethe

Trong giai đoạn nước rút này, tâm trạng yếm thế cũng nguy hiểm chẳng kém gì sự chủ quan. Ngay cả khi học hành không có gì nổi bật, thậm chí "hụt hơi" so với bạn bè trên lớp, thì cũng không có nghĩa bạn không thể có một kỳ thi tốt, bởi thành công vẫn đến với những người chăm chỉ, lạc quan nếu họ có chiến lược ôn tập phù hợp.

Hãy hít thật sâu, thở ra nhẹ nhàng và tự tìm cho mình những dấu hiệu khả quan, như lần bạn hoàn thành bài luận trước hạn nộp hay giành điểm cao trong bài tập nhóm, bạn sẽ tìm thấy sự tự tin và động lực cho mục tiêu giành kết quả cao.

Một bản kế hoạch ôn thi chính là lựa chọn tốt nhất cho kỳ thi. Mỗi môn học lại có đặc trưng riêng: các môn tính toán chú trọng nhiều đến phần bài tập ứng dụng, trong khi những môn như Triết học lại đề cao phần lý thuyết. Bạn cần lưu ý tới giới hạn kiến thức, quãng thời gian ôn thi, độ khó của môn học, các phương pháp ôn thi, thời gian nghỉ ngơi… Có thể viết thời gian biểu hay kế hoạch học tập lên tấm bảng nhỏ trong góc học tập, sổ tay, hay những tờ giấy nhắn màu mè đính ở những nơi dễ nhìn nhất.

Đầu tiên, hãy phác sơ đồ nội dung cần ôn tập và phân bổ cho chúng thời lượng cần thiết. Mỗi phần giải quyết xong, hãy gạch chéo – điều này không chỉ giúp bạn theo dõi việc học ôn của mình, mà còn giống như những dấu mốc thắng lợi khiến bạn cảm thấy

hào hứng hơn.

Nếu các môn thi diễn ra gần sát nhau, hãy đan xen lịch ôn tập. Sẽ là sai lầm nếu dành cả ngày cho một môn học khó, bởi nó sẽ chỉ khiến bạn mệt mỏi và mụ mị mà thôi. Trái lại, việc đan xen một môn học có tính chất hoàn toàn khác sẽ khiến trí não của bạn được "tập thể dục" và trở nên minh mẫn hơn. Đặc biệt, những môn học mà bạn yêu thích sẽ kích thích sự hưng phấn trong não, giúp bạn ở trạng thái sẵn sàng hơn để tiếp thu những kiến thức khó nhằn khác.

Một gợi ý khác cho quá trình ôn tập của bạn là áp dụng "nguyên tắc ba chặng": kiến thức cơ bản, bài tập áp dụng, mở rộng – nâng cao. Với các môn cần phải học nhiều lý thuyết, hãy kéo dài thời gian cho chặng 1, còn với các môn yêu cầu tính ứng dụng cao như toán, hãy giãn chặng 2 ra một chút để có thêm thời gian luyện tập. Với mỗi chặng sẽ có chi tiết các công việc cần làm cụ thể, kiến thức cần nhớ, ghi chú thêm (nếu có), mục tiêu cần đạt.

Sau khi kết thúc một chặng, đừng vội chuyển sang chặng tiếp theo, mà hãy dành thời gian tổng kết lại những gì thu được. Hãy bình tĩnh, gạch ra thật trung thực những điểm đạt và những gì còn chưa tốt, và tất nhiên cả biện pháp khắc phục những điểm trừ đó nữa.

Mỗi môn học có thể là những chuỗi ba chặng nối tiếp nhau, và quy trình này càng được chia nhỏ càng tốt. Đừng học toàn bộ lý thuyết môn toán rồi mới thực hành, ôn lý thuyết đến đâu, hãy luyện tập cho nhuần nhuyễn ngay đến đó.

Sau khi đã nắm chắc kiến thức căn bản ở chặng 1 và luyện tập đến nhuần nhuyễn các bài tập ở chặng 2, lúc đó bạn mới có thể tập trung vào chặng 3. Đây không phải là phần bắt buộc, bạn có thể bỏ qua, hay tiếp tục nếu còn thời gian. Nếu bạn có học lực trung bình - khá, hãy dành sức tập trung vào hai chặng đầu tiên, được coi là quyết định trong kỳ thi tới. Những câu hỏi hay phần kiến thức trong chặng cuối này thường chỉ chiếm một hoặc hai câu nhỏ trong đề thi với số điểm không nhiều. Hãy chỉ tiếp tục đi nốt chặng cuối này nếu còn đủ thời gian và còn hứng thú với môn học.

Đừng học toàn bộ lý thuyết rồi mới thực hành, ôn lý thuyết đến đâu, hãy luyện tập cho nhuần nhuyễn ngay đến đó.

18

Bám sát căn bản

Thành công không phải điều gì kỳ diệu hay bí ẩn.

Đó là kết quả hiển nhiên của việc luôn áp dụng những nguyên tắc cơ bản.

- Jim Rohn

Có những việc vốn dĩ rất đơn giản nhưng lại bị phức tạp hóa lên vô cớ. Chuyện thi cử chẳng hạn. Lời khuyên của tôi là: hãy phớt lờ những lời đồn đại về tính "trên trời rơi xuống" của đề thi và bắt đầu với giáo trình môn học. Trên thực tế, các sinh viên khá giỏi lại chính là những người đề cao nguyên tắc cũ nhưng chẳng bao giờ thừa:**bám sát kiến thức căn bản.**

Đối với các môn học tự nhiên như Toán, kiến thức cơ bản được coi là xương sống của đề thi. Thử để ý mà xem, gần như tất cả các đề thi môn Toán bạn đã trải qua đều dành phần lớn tổng điểm cho những bài tập dạng đại trà có trong sách giáo khoa. Hãy tập trung vào những công thức được đóng khung trong sách, các mục chú ý được in nghiêng, hay các dạng bài tập được nhấn mạnh nhiều lần trong giáo trình.

Có một nghịch lý là nhiều sinh viên có thể giải thành thạo những bài tập khó nhằn, nhưng lại mất điểm trước những câu đơn giản dành cho mức trung bình-khá. Họ quá chú tâm vào các cuốn sách nâng cao mà coi nhẹ kỹ năng làm các dạng bài căn bản. Khi đi thi, những sinh viên này thường thích bắt tay vào làm câu hỏi khó đầu tiên; có người say sưa giải bài khó đến nỗi hụt mất cả thời gian cho những phần dễ ăn điểm trước đó, hoặc giải bài một cách cẩu thả, làm tắt vì nghĩ phần đó không quan trọng, dẫn đến bị mất điểm đáng tiếc. Dù có phải là sinh viên xuất sắc hay không,

hãy luôn tập trung hoàn thành chắc ăn những gì bạn có thể làm.

Trước mỗi kỳ thi, thư viện thường đông nghịt các sinh viên đến mượn và đọc tài liệu tham khảo. Nhưng có bao nhiêu phần trăm trong số họ đã đọc và nắm chắc những phần được cho là quá dễ trong giáo trình trên lớp? Đọc quá nhiều sách nâng cao không phù hợp, thậm chí còn khiến bạn bị quay chong chóng trong hàng loạt những từ ngữ quá "hàn lâm", đến nỗi quên mất cái mình cần tìm. Hãy luôn biết mình đang ở đâu và cần gì. Trước khi học cái khó, phải đảm bảo mình đã có một nền tảng vững chắc, không bị "tẩu hỏa nhập ma". Quan trọng nhất, đọc sách là để lấy hiệu quả, không phải lấy thành tích.

Cố gắng bám sát vào những bài giảng trên lớp, bạn sẽ không cần phải dựa dẫm vào các cuốn sách tham khảo, uể oải cả ngày trên thư viện trường nữa.

Những công thức cơ bản chính là chìa khóa cho một kỳ thi thành công. Hãy đảm bảo bạn hiểu hết toàn bộ kiến thức trong giáo trình môn học trước khi tham khảo tài liệu bên ngoài.

19

Đừng quá chú tâm vào những kiến thức ngoài lề

Cần phải lựa chọn một cách nghiêm ngặt xem nên học gì và không nên học gì.

- Lev. Tolstoy

Tâm lý thi cử của đa số học sinh, sinh viên chúng ta là cố gắng nhồi nhét thật nhiều kiến thức vào bộ nhớ của mình. Không chỉ bài tập trong giáo trình, thậm chí nhiều bạn còn chăm chỉ tới mức ngấu nghiến hết cả những mục đọc thêm, những phần đã được giảm tải, hay đôi khi lăn xả vào những bài tập khó dành riêng cho đối tượng khá giỏi. Hiệu quả ư? Chắc chắn là nó có ích cho bạn, dù ít hay nhiều. Nhưng tôi không chắc bạn sẽ giành điểm cao trong kỳ thi hết môn thông thường đâu.

Phần kiến thức ngoài lề bao gồm các bài đọc thêm, những bài tập quá khó, hay những mục đọc để biết. Bạn có thể bắt gặp chúng xen giữa các bài học chính khóa, hay ở phía cuối giáo trình,... Những bài đọc thêm này góp phần mở rộng hiểu biết của chúng ta về chủ đề đang học, cung cấp thêm thông tin hữu ích. Và thường thì giáo viên không bắt buộc chúng ta phải ghi nhớ hết những phần kiến thức phụ này, có chăng chỉ là khuyến khích đọc thêm ngoài giờ học mà thôi.

Thế nhưng tâm lý "thà học nhầm còn hơn bỏ sót" lại khiến đa số chúng ta trở nên quá lo lắng tới mức ôm đồm cả phần kiến thức phụ này vào phạm vi ôn tập. Bao quát kiến thức căn bản đã là cả một vấn đề không nhỏ, chúng ta còn muốn nhét hết những bài tham khảo bên ngoài vào cái đầu vốn đã quá tải vì học thi. Những đêm dài thức trắng chỉ để nạp thêm chút công thức cao siêu trong

cuốn sách tham khảo dày cộp không khiến bạn thông thái hơn. Bạn chỉ khiến mọi chuyện thêm rối tung lên mà thôi.

Một sinh viên thông minh sẽ không bao giờ ghi nhớ hết tất cả mọi thứ, và cũng không cần thiết phải làm như vậy. Giả sử nếu bạn chỉ có hai tuần ôn tập cho 5 môn chẳng hạn. Riêng phần giới hạn ôn tập đã quá nhiều rồi. Hãy làm một phép tính đơn giản nhé:

5 môn x trung bình 5-6 cuốn sách tham khảo/môn = 25 cuốn sách.

25 cuốn sách trong vòng 2 tuần. Bạn có chắc mình nhớ được hết từng ấy nội dung hay không?

Bạn thấy đó, đặt áp lực cho não bộ không phải là cách giải quyết khôn ngoan. Với 25 cuốn sách, chắc chắn bạn sẽ bị phân tán đầu óc. Bạn không thể vừa tập trung vào mảng kiến thức căn bản, vừa lấn sang sách đọc thêm được. Một lần nữa phải nhắc lại rằng: chương trình học đại học là rất nặng và khó, nếu bạn không biết cách phân bố thời gian hợp lý cho việc học ôn, bạn không thể vượt qua kỳ thi một cách suôn sẻ. Nếu như bạn có thể "ngốn" hết từng ấy trang sách trong vòng 2 tuần, thì tôi không chắc liệu bạn có thể trụ vững sau 1-2 môn thi đầu không nữa.

Thay vì theo đuổi những kế hoạch mù quáng và ngu ngốc, hãy tập trung ghi điểm một cách khôn ngoan và có hệ thống. Công thức của đa số các sinh viên giỏi thực ra rất đơn giản: 90% nắm chắc cơ bản – 10% còn lại củng cố và nâng cao kiến thức. Những mảng kiến thức căn bản bắt buộc luôn là đích đến đầu tiên của các tay sinh viên khôn ngoan. Hãy đầu tư phần lớn thời gian và công sức của mình vào việc củng cố mảng kiến thức trọng yếu này. Một khi bạn đã nắm thật chắc phần kiến thức bắt buộc, tức là đã nắm trong tay 70% chiến thắng. Nhưng đừng dừng lại ở đó, hãy dành thêm chút thời gian cho những cuốn sách tham khảo, bài đọc thêm. Cho đến lúc này, những kiến thức bên ngoài sẽ là đòn bẩy giúp bạn giành được 30% thành công còn lại.

Nếu bạn đang theo đuổi cách học ôm đồm, hãy dừng lại ngay. Ôn tập một cách có chiến lược sẽ mang lại kết quả như ý cho cả việc học tập và sức khỏe của bạn nữa.

20

Hiểu rõ dạng đề thi và cách làm bài

Trước tiên, bạn phải học luật chơi.

Sau đó, bạn phải chơi tốt hơn tất cả mọi người.

- A. Einsteins

Hãy đảm bảo bạn hiểu rõ quy chế và cách thi trước khi bước vào phòng thi. Đa số sách báo đều nói rằng bạn nên tìm hiểu chúng vài ngày trước khi bắt đầu kỳ thi. Nhưng nếu có thể, tôi thành thật khuyên bạn nên tìm hiểu về đề thi càng sớm càng tốt, bởi có một số trường hợp các thông tin về kỳ thi, bao gồm cả dạng đề, cách làm bài đã được thông báo chính thức trên trang web của trường, trong email của lớp, hay được phổ biến tới từng lớp từ khá sớm. Càng biết rõ các thông tin đó sớm, bạn càng có nhiều thời gian xem xét hướng ôn tập sao cho phù hợp và hiệu quả.

Hãy chú ý lắng nghe lời dặn của giáo viên hoặc lớp trưởng để cập nhật chính xác tin tức về dạng đề cho kỳ thi sắp tới. Trong suốt quá trình học, hay những buổi cuối, giáo viên rất có thể đưa ra những mẹo làm bài hữu ích. Vì thế, hãy tập trung lắng nghe không chỉ bài giảng, mà còn cả những lời khuyên bổ ích để có định hướng học ôn sao cho phù hợp.

Mỗi dạng đề thi lại có một cách làm bài và cách học khác nhau. Với các môn trắc nghiệm, điều quan trọng nhất là bạn phải nắm chắc kiến thức và có độ tinh nhạy cần thiết. Bạn cần lưu ý rằng bài trắc nghiệm do máy chấm, nên việc điền đúng thông tin, cũng như quy định trong bài làm vô cùng quan trọng. Còn với những môn đòi hỏi suy luận hay nêu ý kiến, hãy học theo hướng từ kiến thức

phát triển thành đoạn văn, ý tưởng sao cho thật thuyết phục người chấm bài.

Ngoài các bài tập trong giáo trình, hãy dành thời gian luyện đề để củng cố kiến thức và làm quen với dạng đề. Hãy mua sẵn một tập giấy thi phù hợp và bắt đầu làm quen với bài thi, tìm đề thi các năm trước và tập làm trên giấy thi thật, đặt thời gian đúng như thi thật. Từ những đợt tự kiểm tra tại nhà, hãy rút ra ý kiến của mình về dạng đề thi: quá khó, quá dễ, hay vừa sức; kiến thức trong đề có được trải đều hay chỉ tập trung vào một số phần trong đề cương, hình thức trả lời có khiến bạn lúng túng không, cách làm bài, phân bố thời gian của mình có hợp lý không... Sau đó, hãy tự so sánh phương pháp ôn tập hiện tại của mình với điểm bài làm, để có điều chỉnh thích hợp. Luyện đề như thật từ trước giúp hình thành phản xạ, thói quen thực hiện đúng dạng bài thi, cách làm bài, cách phân tích đề thi cũng như có chiến lược phân bố thời gian và sức lực cho từng bài. Bạn sẽ tự biết phải bỏ bút bi, bút mực sau khi điền các ô thông tin cá nhân như mã đề thi, số báo danh, để dùng bút chì cho các ô trả lời bên dưới. Hay sẽ không còn trường hợp quên ghi số báo danh trong giấy thi, vẽ hình bằng bút chì như trên lớp nữa. Bạn đã luyện, đã tiếp xúc, đã nghe, đã đọc quá nhiều và quá quen với kỳ thi từ khi còn ngồi ôn luyện. Và kỳ thi thật này chẳng qua chỉ là một trong các bài tự đánh giá ở nhà của bạn mà thôi.

Ngoài kiến thức, dạng đề hay cách làm bài cũng là những điều không thể bỏ qua nếu muốn đạt kết quả thi mỹ mãn.

21
Lập sơ đồ

Sơ đồ tư duy là phương pháp thể hiện ý tưởng và khái niệm khá trực quan. Không những vậy, đó còn là công cụ hữu hiệu giúp tổ chức, phân tích, tổng hợp và gợi nhớ thông tin.

- Litemind.com

Nhiều học sinh, sinh viên Việt Nam hiện nay đã biết tận dụng sức mạnh của bản đồ tư duy. Thay vì mất nhiều thời gian "tụng kinh" trên quyển vở kín đặc chữ, với sơ đồ, bạn chỉ mất chừng nửa tiếng. Với quyển vở kín đặc chữ, bạn khá vất vả để tìm ra một chi tiết nào đó; với sơ đồ, chẳng khó khăn gì để bạn lần qua các nhánh và nhìn ra một ý. Với quyển vở kín chữ, khả năng bị sót ý là khá cao; nhưng khó lòng bỏ sót ý khi nhìn vào hệ thống đã được sơ đồ hóa.

Bản đồ tư duy rõ ràng là phương pháp đặc biệt lý tưởng cho giai đoạn ôn thi.

Để lập sơ đồ cho một chương gồm nhiều mục và ý lớn nhỏ khác nhau, trước hết hãy phác thảo trong đầu những nội dung chính của phần kiến thức đó. Mỗi công thức, đầu mục là một ô nhỏ dạng hình tròn, vuông, hoặc chữ nhật kết nối với nhau bằng các đường nối, dấu mũi tên phù hợp. Đừng ngại phá bỏ sự nhàm chán của các góc cạnh bằng cách thêm màu sắc hay hình vẽ minh họa cho bảng sơ đồ sinh động và dễ nhìn. Những mục tương đương nhau có màu giống nhau chẳng hạn.

Bạn cũng có thể lập sơ đồ trên máy tính với các phần mềm dễ dàng download được trên mạng. Ưu điểm của vẽ sơ đồ trên máy là không cần phải quan tâm đến việc điều chỉnh theo số lượng, màu sắc, kích cỡ các khung và ô. Bạn có thể tùy ý xóa bỏ, sửa chữa,

thêm bớt nội dung cho sơ đồ, không mất thời gian vẽ đi vẽ lại. Ngoài ra, thiết kế sẵn có của phần mềm giúp sơ đồ tự động điều chỉnh sao cho hợp lý nhất.

Bạn nên tham khảo các cuốn sách về chủ đề này của tác giả Tony Buzan đã được xuất bản tại Việt Nam như: Lập bản đồ tư duy, Bản đồ tư duy trong công việc, v.v... để biết nhiều cách thức lập sơ đồ hữu hiệu và đẹp mắt.

Sơ đồ không chỉ là trợ thủ đắc lực trong thi cử, mà còn giúp bạn khá nhiều trong suốt quá trình học. Vì vậy, đừng chần chừ, hãy áp dụng phương pháp này ngay từ đầu kỳ học, bạn sẽ ngạc nhiên vì hiệu quả của nó đấy!

22
Tìm điểm tựa

Sự chia sẻ và tình yêu thương là điều quý giá nhất trên đời.

Cảm giác một mình đơn độc với bài vở, áp lực học hành dễ khiến bạn chán nản và chọn giải pháp buông xuôi, mặc số phận muốn ra sao thì ra. Nhưng để có động lực cố gắng, bạn buộc phải chống lại nỗi sợ hãi của chính mình. Đừng quên rằng xung quanh bạn còn rất nhiều người luôn sẵn sàng lắng nghe, sẵn lòng đến bên bạn bất kỳ khi nào bạn cảm thấy kiệt quệ.

Trên thực tế, khi chia sẻ nỗi lòng của mình cho người khác, họ có thể đưa ra giải pháp cho bạn, hoặc không. Nhưng chí ít, bạn cũng đỡ nặng lòng hơn là ngồi thu lu gặm nhấm nỗi đau khổ một mình. Tuy đây không phải phương pháp học, nhưng là biện pháp giải tỏa căng thẳng khá hiệu quả, đặc biệt trong giai đoạn mà bạn cần một cái đầu thoải mái để tiếp nhận lượng thông tin khổng lồ như giai đoạn ôn thi.

Gia đình luôn là chỗ dựa tinh thần vững chãi. Nếu bạn cảm thấy bế tắc, tự ti, hãy dành thời gian tâm sự với mẹ trong lúc chuẩn bị cơm tối, hay nói chuyện với bố sau bữa ăn. Người anh, chị luôn là gia sư miễn phí, là tổng đài giải đáp thắc mắc thi cử, học hành và cả những chuyện linh tinh. Hay đứa em út bé xíu, mỗi lần nhìn ngắm nó là mọi căng thẳng thi cử đều tan biến. Là những người yêu thương, quan tâm bạn một cách tự nhiên và vô tư nhất, họ sẽ có những lời khuyên tốt nhất dành cho bạn.

Bạn bè cùng lớp cũng là những "bác sĩ tâm lý" không bằng cấp gần gũi và thấu hiểu bạn. Sẽ có những chuyện chia sẻ với người cùng tuổi dễ dàng hơn là với những người lớn hơn hay nhỏ hơn khác. Nếu gặp phải một bài toán khó, hãy mạnh dạn hỏi thằng bạn bên cạnh. Hay khi thấy chán nản, cô bạn thân sẽ là nơi trút bầu tâm sự

lý tưởng, không bao giờ mỉa mai, chê trách bạn. Cũng phải đối mặt với những kỳ thi như bạn, họ có thể là những vị quân sư, hay thậm chí cũng cần sự giúp đỡ của bạn. Lắng nghe vấn đề của người khác khiến bạn thấy tự tin và có ích hơn, chưa kể khi những vấn đề đó ngẫu nhiên trùng hợp với bản thân, bạn sẽ tự đối chiếu, hay cùng nhau nghĩ cách giải quyết để toàn tâm ôn tập, cố gắng đạt kết quả thi như ý.

Khi chia sẻ nỗi lòng của mình cho người khác, những căng thẳng của bạn đã được hóa giải đi rất nhiều.

23

Khích lệ bản thân bằng một phần thưởng nhỏ

Người trèo lên cây cao có quyền được hưởng quả ngọt.

- Walter Scott

Giống như chiếc cúp vàng là mục tiêu giúp vận động viên băng qua mọi khó khăn, nỗ lực hết mình để giành chiến thắng, một phần thưởng nhỏ có thể góp thêm động lực để chúng ta vượt qua những ngày tháng ôn thi căng thẳng.

Phần thưởng cho những nỗ lực trong suốt kỳ thi có thể là một chuyến du lịch hay một chiếc điện thoại mới nếu bạn có điều kiện tài chính. Còn không, hứa hẹn về một cuốn sách bạn vẫn thích nhưng chưa có dịp mua, một bữa tụ tập với bạn bè hay đơn giản chỉ là một ngày hoàn toàn không lo nghĩ gì, thoải mái xem phim và lên mạng cũng có thể là liệu pháp tinh thần giúp bạn vượt qua những ngày ôn thi mệt mỏi.

Để tăng hiệu quả phương pháp này, bạn cũng có thể xếp đặt giải thưởng theo thang tăng dần giá trị. Ví dụ, trong học kỳ một, sau khi nói tạm biệt với thi cử một cách đắc thắng, bạn tự thưởng cho mình một cái áo thể thao đầy màu sắc; kỳ học thứ hai sẽ là phiếu bơi cả tháng... thì sẽ khích lệ bản thân tốt hơn là học kỳ nào cũng vẫn chỉ là một chiếc áo. Mức độ tăng dần giá trị quà tặng giúp bạn cố gắng hơn nữa, không vì quá hài lòng về điểm số kỳ này mà tự mãn, mặc kệ kỳ sau.

Ngay cả khi chưa đạt được kết quả như ý, thất vọng và buông xuôi không phải là lựa chọn khôn ngoan. Thay vào đó, hãy nghiêm khắc với bản thân, tự để dành món quà đó cho kỳ sau và càng phải

quyết tâm hơn nữa để vừa cải thiện học lực để nhận được phần thưởng ấy càng sớm càng tốt. Hãy luôn nhớ rằng, học lực của bạn thực ra không được quyết định bởi phần thưởng, mà chính quyết tâm có kế hoạch, có mục tiêu đã thúc đẩy bản thân bạn tự cố gắng.

Việc học giống như một cuộc đua marathon, vận động viên chân chính không bao giờ chạy chỉ vì chiếc cúp, anh ta cố gắng cán đích bằng nỗ lực không ngừng nghỉ và chiến thắng khi vượt qua chính mình.

24

Đừng đảo lộn cuộc sống thường ngày

“Thi cử á? Bạn không thể tưởng tượng tôi phải thức đến 3 giờ sáng vùi đầu vào sách vở trong suốt mấy tuần liền! Tôi thấy kiệt quệ và chẳng còn thời giờ hít thở không khí bên ngoài nữa.”

Dù thời gian dành cho việc học – ôn có hạn hẹp đến đâu thì sinh hoạt không điều độ cũng không phải lựa chọn khôn ngoan. Đầu tiên, thói quen thức trắng đêm chẳng những biến bạn thành một con cú với đôi mắt thâm quầng mà còn góp phần đốt cháy thêm quỹ thời gian vốn đã eo hẹp ấy. Thử tính mà xem, giả sử sau một ngày hoạt động mệt nhoài, đáng ra cần phải được nghỉ ngơi lấy lại sức, thì bạn lại thức đến 3 giờ đêm ôn thi. Trong tình trạng buồn ngủ như vậy, liệu bạn có thể thu nạp thêm được chút kiến thức nào không, hay chỉ làm cho bản thân rã rời thêm?

Chưa kể sau vụ thức đêm đó, một là bạn sẽ ngủ bù đến tận trưa ngày hôm sau, hai là thức dậy trong trạng thái đầu óc quay cuồng và tình trạng uể oải kéo dài đến hết ngày. Như vậy, với 3 tiếng đồng hồ bỏ ra, bạn chẳng những không thu được gì mà còn mất nguyên cả ngày hôm sau và chuốc thêm cơn đau đầu, liệu có đáng hay không?

Một số người thích học vào đêm khuya vì khoảng không gian yên tĩnh buổi đêm làm họ cảm thấy minh mẫn hơn. Nhưng dù có thế nào cũng đừng nên thức quá 12 giờ đêm, bởi đồng hồ sinh học đã reo rồi, và sau thời điểm đó hiệu quả làm việc sẽ chỉ càng lúc càng giảm đi mà thôi; chưa kể đến những trường hợp cảm gió hoặc đột quỵ khi ngồi học đêm khuya một mình.

Một số khác có thói quen dẹp hết mọi sinh hoạt thường ngày để

dồn thời gian cho việc học ôn. Một sự hy sinh đáng kể đấy, nhưng kết quả ra sao thì còn tùy. Bỏ nấu nướng, ăn uống sơ sài với bát mì, cái bánh ngọt cho qua bữa sẽ khiến cơ thể bạn không đủ năng lượng để trải qua kỳ thi. Hạn chế tắm giặt, dọn dẹp nhà cửa sẽ khiến bạn cảm thấy âm u và trễ nải, những cảm giác hoàn toàn không có lợi cho việc tiếp thu kiến thức.

Một lời khuyên nho nhỏ dành cho bạn: **Đừng bao giờ làm gì mà không có kế hoạch**. Thay vì ngẫu hứng thức đêm, hãy dành ra 10 phút mỗi ngày điểm lại những đầu việc cần phải hoàn thành, và sắp xếp chúng theo mức độ ưu tiên. Và tất nhiên bạn cũng cần phải phân chia thời gian cho hợp lý. Hãy nghiêm khắc với bản thân và bạn sẽ không cần "mượn" quãng thời gian nghỉ ngơi tái tạo của cơ thể để làm cái việc đáng lẽ phải hoàn thành lúc ban ngày.

Thức quá khuya chẳng có ích gì. Bạn vừa hủy hoại sức khỏe của mình, vừa không đạt hiệu quả như mong muốn. Tốt hơn hết, hãy tuân thủ lịch học tập hàng ngày để không bao giờ phải vắt chân lên cổ chạy.

25
Nghỉ ngơi hợp lý

Không biết cách nghỉ ngơi là vấn đề khiến tôi đau đầu.

- Carnie Wilson

Sức khỏe và thành công đối với cơ thể của bạn giống như hai bánh của chiếc xe đạp, luôn cần sự điều hòa, cân bằng để trụ vững. Không ít người mải mê học hành, không chịu dành chút thời gian nghỉ ngơi, gần đến hôm thi thì ngất xỉu, trụy tim, mất nước... phải bỏ dở kỳ thi, thậm chí học lại kỳ sau. Số thời gian ki cóp từ việc nghỉ ngơi hóa ra chẳng đủ bù cho những ngày nằm viện và cả khoản chi phí thuốc thang tốn kém nữa. Còn nếu may mắn qua được kỳ thi, bạn sẽ phải hoảng hốt khi soi gương vì không nhận ra nổi mình: Mắt thâm quầng vì thức đêm, mỡ bụng tích tụ, tóc xơ xác, cộng thêm da mặt xanh xao, vàng vọt; chưa kể những chứng bệnh về lâu về dài như tim mạch, cột sống, dạ dày là những chứng bệnh rất phổ biến ở trí thức trẻ, nhưng lại chẳng mấy ai biết cách phòng ngừa.

Nếu không muốn chịu đựng tất cả những điều khủng khiếp đó, hãy lên lịch nghỉ ngơi hợp lý trong suốt quá trình ôn thi.

Nhiều giờ liền bên bàn học với đống sách vở, giấy nháp bừa bộn dễ khiến bạn mệt mỏi, buồn ngủ, mất tập trung. Vì thế, cứ sau khoảng 45 phút ôn tập, hãy tạm rời bàn học chừng 5-10 phút, nhìn ra vùng có cây xanh hay nhắm mắt lại, hít thở sâu để thư giãn. Bạn cũng nên nhấm nháp chút gì đó như bánh ngọt, hoa quả hay ly sữa; đừng học trong tình trạng bụng rỗng. Một số động tác thể dục đơn giản như xoay cổ, xoay vai, vươn vai có thể giúp loại bỏ căng thẳng và phòng tránh các bệnh về xương sau này. Bạn cũng có thể lắng nghe một bản nhạc hợp sở thích để xua tan mệt mỏi.

Ngoài những quãng nghỉ ngắn, bạn cũng nên chia lịch học của mình theo các buổi trong ngày. Nhiều người tiếp thu kiến thức khá nhanh vào buổi sáng, trong khi một số lại ưa sự yên tĩnh của buổi tối. Tùy vào thói quen học, hãy chọn thời điểm phù hợp cho việc ôn tập, các buổi còn lại nên học những phần dễ. Nhớ đừng thức quá khuya hay dậy quá sớm, vì chúng làm cả lịch sinh hoạt và cơ thể bạn bị đảo lộn.

Một thói quen xấu nữa của sinh viên là cố gắng nhồi nhét khi sắp đi ngủ. Bạn nghĩ nó sẽ giúp bạn nhớ tốt hơn, nhưng thực ra, nó chỉ khiến đầu bạn căng lên như dây đàn và giấc ngủ bị phá rối. Hãy dẹp hết mọi mô hình Kinh tế học hay những khái niệm Triết học sang một bên. Bạn chỉ nên thư giãn trước giờ đi ngủ. Vài bản nhạc ưa thích hay mẩu truyện cười ngắn sẽ giúp bạn ngủ ngon hơn.

Bắt cơ thể làm việc vô lý, bạn chỉ nhận được hậu quả xấu mà thôi.

Phần 2
BÍ QUYẾT THI HIỆU QUẢ

26
Hiểu rõ quy chế thi

Không có lý do gì để vội vàng cả.

Bạn hãy xuất phát đúng lúc.

- La Fontaine

Từ thời phổ thông cho tới khi lên đến đại học, mỗi kỳ thi lớn nhỏ chúng ta trải qua đều gắn với mục đọc quy chế thi. Có thể nói, số lần nghe quy chế thi bằng với số kỳ thi của bạn. Cái tờ quy chế cứ tua đi tua lại giống như cuộn băng cát-xét rè rè, khó chịu; và hẳn bạn không ít lần tự nhủ: "Thêm chút thời gian ấy vào làm bài có phải hữu ích hơn không!"

Nhưng sự thực là hàng năm, báo chí vẫn đưa tin về những trường hợp vi phạm điều cấm trong quy chế như mang điện thoại vào phòng thi, sử dụng tài liệu, gây rối khu vực thi... Lý do cho những vi phạm ấy, bên cạnh một bộ phận sơ ý, do ý thức kém hay cố tình vi phạm, vẫn có một số thí sinh không nắm được quy chế dự thi. Điển hình như chuyện mang điện thoại di động, một số sinh viên cứ nghĩ "Mình mang vào, chứ có gọi hay nhắn tin đâu mà lo", hay thậm chí "Mang theo để... xem giờ". Thực tế, dù bạn có sử dụng điện thoại hay không, đã tắt máy hay để đặt chế độ yên lặng, thì đều bị xử phạt như nhau cả. Có nhiều trường hợp "chết đuối trên cạn" vì những phút lơ là như thế. Cuối giờ thi, một sinh viên đã làm gần xong bài; đột nhiên có tiếng chuông tin nhắn reo lên. Thì ra là một người bạn vừa nhắn tin hỏi thăm tình hình làm bài của sinh viên đó. Tất nhiên, thí sinh bị xử phạt, và số phận của bài thi thì không cần phải nói cũng đủ biết. Nhưng không có lý do chính đáng nào đủ biện minh cho hành động vi phạm. Một sinh viên nghiêm túc và có ý thức sẽ lướt lại từng mục quy chế thi, dù trước đó đã nghe quá nhiều lần những quy định chán ngắt ấy rồi. Đừng

quá tự tin rằng bạn sẽ không sơ ý để quên đồ dùng vi phạm nào đó trong người vào một ngày căng thẳng và rối bời như ngày thi.

Cho dù là lần thứ n đi thi, thì hãy để mươi phút nghe hoặc đọc lại quy chế, bạn sẽ không còn phải hối tiếc, ân hận vì đã trót vi phạm những điều chẳng đáng. Hơn nữa, trong quãng thời gian nhàn rỗi này, bạn có thể tranh thủ thư giãn đầu óc, chuẩn bị tinh thần tốt nhất trước khi bước vào thời khắc quyết định của kỳ học.

Cẩn tắc vô ưu. Hãy chắc chắn bạn đã nắm rõ quy chế thi để không phải hối tiếc về bất kỳ điều gì.

27

Lạc quan và tự tin

Không tự tin là nguyên nhân gây ra tất cả thất bại.

- Bôuvi

Ngay cả nếu bạn bỗng dưng có cảm giác u ám với kỳ thi, hay cảm thấy mình thua kém bạn bè, thì cũng không có gì phải hoảng hốt cả. Hầu hết sinh viên đều từng trải qua cảm giác đó. Tuy nhiên, bạn phải thoát khỏi trạng thái tiêu cực nếu muốn bước vào phòng thi với tinh thần sảng khoái, tự tin nhất có thể.

Tâm lý lạc quan, tự tin giúp não của bạn tiếp nhận được nhiều năng lượng tích cực hơn. Bạn cứ để ý mà xem, những người bắt đầu mỗi ngày bằng một nụ cười hay quyết tâm hoàn thành công việc đều có vẻ rất năng động, trẻ khỏe, mặc dù họ chẳng dùng bất kỳ một loại thần dược đắt tiền nào cả. Sự lạc quan bắt nguồn từ niềm tin vào bản thân bạn, chứ không phải nhờ một sức mạnh hay dựa vào người nào khác. Cũng giống như một người tài xế, chính bạn có quyền điều khiển tâm trạng mình, vậy tại sao chúng ta không thể lái bản thân sang những con đường sáng rực hy vọng mà lại đâm đầu vào ngõ hẻm tăm tối nhỉ?

Hãy hạn chế phụ thuộc vào các loại thuốc bổ thần kinh, bởi chúng chẳng có tác dụng gì nhiều, thậm chí, nếu lạm dụng, bạn sẽ phải chịu nhiều tác dụng phụ tiềm ẩn khác. Tốt nhất là hãy tin vào bản thân cũng như những gì đã ôn tập, đã học hỏi trong suốt kỳ học vừa qua. Bạn đã cố gắng rất nhiều trên lớp, ở nhà, trong những ngày không có bài kiểm tra, cũng như mấy tuần ôn thi vừa rồi. Bạn đã hiểu kiến thức, và còn biết vận dụng lý thuyết vào ứng dụng, bài tập. Hãy tìm giúp tôi một lý do chính đáng cho bộ mặt ủ rũ của bạn bây giờ đi nào? Chắc chắn là chẳng có lý do nào cả đúng không? Rồi, giờ hãy vứt hết ưu phiền ra khỏi đầu, hít thở sâu, và

nhắm mắt lại. Hãy tưởng tượng ra cảnh bạn đang trong phòng thi ngày mai, vừa viết bài không ngừng nghỉ, vừa nở nụ cười đắc thắng. Đôi mắt bạn tràn đầy sự tự tin, và tất cả những câu hỏi trong đề chẳng làm bạn nao núng. Nào, hãy mở mắt ra, bạn thấy mình có gì khác không. Khuôn mặt bạn dường như sáng lên, khác hẳn vài phút trước đây. Chính bạn đã tự xua đuổi những suy nghĩ tiêu cực trong người mình, và ngay lập tức, những cảm xúc tích cực theo luồng oxy tràn ngập trong suy nghĩ và cơ thể bạn. Và từ giờ cho tới khi kết thúc kỳ thi, hãy luôn giữ tâm trạng của bạn thăng bằng như thế.

Cho dù không phải là sinh viên giỏi, bạn cũng không cần tự giới hạn điểm của mình. Nếu chăm chỉ ôn tập và tự tin, có lẽ bạn sẽ ngạc nhiên vào khả năng của mình. Vậy nên, đừng bao giờ bó buộc mình vào một cái gông điểm nào đó, đừng bao giờ nghĩ rằng trình độ như mình chỉ được từng ấy điểm. Những suy nghĩ vô bổ đó chỉ giết chết sự lạc quan trong bạn mà thôi. Thay vào đó, hãy tự tin vào bản thân mình, và cố gắng hết khả năng vào bài thi sắp tới.

Trong một cuộc thi điền kinh, chiếc cúp vàng không hẳn là thứ duy nhất khiến vận động viên hạnh phúc, mà chính quãng thời gian luyện tập, sự lạc quan dọc đường chạy và cả sự chiến đấu chống lại phần hèn nhát, yếu đuối của bản thân mình mới là giải thưởng vô giá nhất. Việc thi cử cũng giống như vậy. Quá trình làm bài và thái độ lạc quan của bạn sẽ là điều đầu tiên bạn nhớ lại sau khi kỳ thi đã kết thúc. Sự lạc quan, tự tin hoàn toàn miễn phí. Tại sao lại không thể cười vui vẻ lên và cố gắng nhỉ?

Cũng giống như người tài xế, chính bạn có quyền điều khiển tâm trạng mình. Vậy tại sao bạn không lái bản thân sang những con đường sáng rực hy vọng mà lại đâm đầu vào ngõ hẻm tối tăm?

28

Đừng chết vì "đóng tủ", làm phao

Học mà không nghĩ thì phí công.

- Khổng Tử

Với những bạn vừa muốn nhàn nhã vừa muốn được điểm cao, làm phao hay "đóng tủ" có vẻ là giải pháp thích hợp. Tuy nhiên, chọn giải pháp đó, cũng có nghĩa là bạn đã chọn đẩy bản thân vào trò chơi đầy may rủi. Một câu danh ngôn nói rằng: "Chẳng có bữa trưa nào là miễn phí". Kỳ thi không phải dành cho những người lười biếng. Phải bỏ công sức ra ôn tập, lo lắng, chuẩn bị kỹ càng thì điểm số có được mới chính xác với lực học, và xứng đáng với bản thân bạn.

Việc học tủ, làm phao xảy ra khi người ta không tin vào bản thân mình. Vì niềm tin vào chính mình không đủ, nên mới dễ dàng tin những lời đồn từ tác giả giấu mặt nào đó, rồi lao vào học "tủ". Sợ mình quên chi tiết này, chi tiết nọ, nên phải thủ sẵn chút tài liệu giấu trong người gọi là để "phòng thân".

"Tủ" và "phao" là hai thứ cấm kỵ trong mọi kỳ thi. Để công bằng, nội dung đề thi phải bảo đảm bao quát toàn bộ chương trình, không trừ một mục nào, và cũng không quá tập trung vào một chương nào trong giáo trình. Hơn thế nữa, theo quy chế, mọi thông tin về đề thi (trừ dạng đề) tuyệt đối không được phép lọt ra bên ngoài trước giờ bóc đề. Vậy nên những cái "tủ" đó thực hư đúng sai thế nào chẳng ai hay biết. Bạn có chắc người đầu tiên tung tin đã nhìn thấy chính xác đề thi không? Tất nhiên là không, bạn thân mến ạ. Và nếu kẻ kia có may mắn ngó được đề thi, thì cũng đừng vội mừng. Hội đồng coi thi luôn có phương án dự phòng, ngay lập tức họ sẽ đưa đề dự bị ra thay thế cho đề bị lộ, và lần này sẽ giữ bí mật đề thi chặt hơn lần đầu tiên nhiều. Thật

đáng tiếc, rất nhiều trường hợp vì học tủ mà bị "tủ đè", nhìn đề thi xong chỉ còn nước khóc ròng.

Khả năng mở phao thành công trong giờ thi là khá thấp. Mỗi phòng thi đều có hai giám thị, chưa kể đến những giám thị hành lang và thanh tra thi thoảng lượn qua. Tâm lý học trò giấu tài liệu trong người đều giống nhau: nơm nớp lo sợ, liếc ngang liếc dọc coi chừng giám thị, đề phòng cả các bạn cùng thi, có khi bạn chẳng thể chép được dòng phao nào, hay chép thiếu, sai thông tin, dẫn đến bị trừ điểm hay mất điểm cho câu hỏi đó. Nếu không may, bạn có thể bị bắt phao, đình chỉ thi, cấm thi, hay nhẹ nhất là trừ điểm bài làm.

Hơn nữa, vì quá mải canh chừng vô số hiểm nguy từ mọi phía, bạn sẽ bị phân tán, mất tập trung, ảnh hưởng luôn đến những câu mình có khả năng làm được; kết quả bài làm chắc chắn sẽ tệ hại hơn khả năng thực của bạn.

Bạn không phải là một đứa trẻ hay học sinh trung học nữa. Việc học giờ không còn phụ thuộc quá nhiều vào bố mẹ. Chính bạn phải có trách nhiệm với cuộc sống của mình, trong đó có chuyện học hành, thi cử. Thay vì mất thời gian cho những trò gian lận vô bổ, hãy lên kế hoạch học hành ngay từ đầu kỳ học, và tập trung ôn tập thật chắc. Khi đã nắm vững kiến thức, bạn sẽ thấy trò phao, tủ này chỉ là trò con nít, không đáng quan tâm chút nào.

"Chẳng có bữa trưa nào là miễn phí." Đừng lãng phí thời gian bằng những trò gian lận vô bổ.

29
Đoán trước đề

Không có logic nào mang tính ngẫu nhiên.

- Ludwig Wittgenstein

Đôi khi trí phán đoán của con người khá hữu hiệu. Đặc biệt, trong khoảng thời gian trống trước khi thi này, phán đoán cũng giúp bạn ổn định tâm lý tốt hơn. Đây không hẳn là phương pháp học siêu tốc hay có hiệu quả ngay tức thì, nhưng ít ra nó sẽ giúp bạn vững vàng hơn trước khi đối mặt với kỳ thi đang cận kề.

Cho đến thời điểm sát nút này, chẳng ai lại không lo lắng, bồn chồn, bất an. Sự rảnh rỗi đối lập với những ngày học miệt mài đến tận khuya càng khiến bạn thêm khó chịu. Vậy tại sao không luyện tập não bộ của mình một cách nhẹ nhàng với những câu phỏng đoán nhỉ? Hãy tự biến mình thành người bận rộn một chút, chỉ một chút thôi, và tâm trạng sẽ trở lại tươi tỉnh như thường. Hay nói cách khác, đây là phương pháp giải tỏa căng thẳng khá hữu hiệu trong giai đoạn này.

Cách thông thường nhất là dựa vào phần kiến thức trọng tâm để đoán nội dung đề. Đa số trường hợp, những phần căn bản, quan trọng trong quá trình học có khả năng xuất hiện không nhỏ trong đề thi. Vì thế, hãy tập trung xoáy sâu vào những mảng kiến thức đó. Một công đôi việc: bạn vừa có thời gian lướt qua một lượt kiến thức căn bản, vừa dựng lên khung câu hỏi cho bài thi. Lật ngược các khái niệm, công thức, định luật cơ bản bằng các câu hỏi là một ý tuy đơn giản nhưng khá hữu hiệu.

Bạn có thể tham khảo đề thi các năm trước để biết dạng đề ra, hay khung kiến thức phân bố trong một đề thi. Ví dụ, trong đề thi môn Triết học năm ngoái và năm kia, tỷ lệ số câu thuần lý thuyết

với câu liên hệ thực tế là bao nhiêu phần trăm? Dạng đề là mở hay đóng?... Hãy chú ý đến cách ra đề chung, và tự lên một bảng tổng hợp sơ qua để có cái nhìn sát hơn về đề thi. Tuy nhiên, có một điểm cần lưu ý: việc xem lại đề cũ không có nghĩa là bạn copy nguyên si những câu hỏi đó, làm ra giấy, và nghĩ chắc chắn rằng bài thi của mình sẽ giống hệt như vậy. Tất cả mọi thứ đều thay đổi không lường trước được.

Ngoài ra, bạn cũng có thể dựa vào những phần giáo viên nhấn mạnh trên lớp để định hướng câu hỏi giả định. Thường thì trong quá trình giảng dạy, hay ở những buổi học cuối, giáo viên hay nhấn mạnh những phần kiến thức quan trọng (và thường có trong đề) kèm theo cả bài tập ứng dụng. Vì thế, hãy chú ý không chỉ khi ôn thi, mà ngay trong mỗi buổi học khác nhau. Như tôi đã nhắc đến trong cuốn sách này, một cuốn vở chỉn chu, sắp xếp khoa học sẽ là trợ thủ đắc lực cho bạn ngay trong những lúc thế này.

Đoán trước đề thi chỉ là một việc giúp bạn đỡ căng thẳng trước kỳ thi mà thôi, đừng vì thế mà phạm phải sai lầm "đóng tủ, làm phao" .

30

Hiểu cách chấm điểm của giáo viên

Không bỏ ra một công phu nhất định thì không có khả năng khám phá sự thật và ai sợ mất công sức thì không có khả năng lĩnh hội được chân lý.

- Khuyết danh

Đôi khi chỉ có kiến thức và may mắn thôi chưa đủ. Một chút khéo léo và tinh ý sẽ giúp bạn cải thiện chất lượng bài thi của mình lên đáng kể. Thêm nữa, nếu biết tận dụng cách chấm điểm của giáo viên, bạn sẽ bớt gặp khó khăn hơn trong quá trình học và thi sau này.

Thường thì giáo viên sẽ chấm điểm dựa trên hai tiêu chí, đó là thang điểm chung và quan điểm cá nhân của người chấm. Thang điểm là cố định, khó có thể thay đổi hay làm sai lệch được. Do vậy, đây cũng là một điểm thuận lợi không nhỏ với bạn.

Chẳng hạn, trong thang chấm điểm môn Xã hội học gồm có:

- Hiểu đúng yêu cầu đề bài.

- Đủ ý.

- Các luận điểm được triển khai mạch lạc, đầy đủ.

- Chứng cứ đi kèm xác thực.

- Trình bày sạch sẽ, rõ ràng.

Dựa vào các tiêu chí đó, bạn có thể lên lịch ôn tập dễ dàng hơn rất

nhiều so với việc mò mẫm, đoán mò, hay ôm đồm kiến thức như trước kia. Thường thì hai yếu tố đủ ý và hiểu đúng yêu cầu đề bài chiếm nhiều điểm nhất và cũng dễ đạt được nhất khi kiến thức của bạn vững. Thay vì học không có quy củ, giờ đây bạn chỉ cần áp dụng phương pháp học theo dàn ý/ nội dung cốt lõi của từng bài là đã có đủ "vốn" vượt qua chuyện thi cử rồi. Không quá phức tạp phải không nào?

Một yếu tố nữa cần nhắc tới là quan điểm cá nhân của người chấm. Điều này không cố định, do hên xui, nhưng không phải là không thể kiểm soát được. Đa số giáo viên chấm bài đều rất có cảm tình với những bài làm trình bày sáng sủa, sạch sẽ, dễ nhìn. Nói như vậy không có nghĩa là chữ bạn phải đẹp, không phải trình bày hoa văn phức tạp. Hãy cố gắng đơn giản hóa bài làm của mình. Cụ thể, với những dạng bài luận, bạn cần tách từng luận điểm nhỏ theo đoạn để vừa tránh bị chấm sót ý, vừa tạo thiện cảm ban đầu cho người chấm bài. Ngược lại, nếu bài làm của bạn quá xuất sắc, đáp án chuẩn xác, nhưng lại tẩy xóa nhiều hay trình bày lủng củng, thì chắc chắn bạn sẽ không thể đạt điểm tối đa được.

Một điểm thú vị khác nữa: bạn không nhất thiết phải gặp riêng giáo viên, hay phải nhờ cậy ai đó để có được bảng đánh giá này. Chính trong quá trình học, giáo viên bộ môn sẽ đưa ra thang điểm này trước lớp. Và chắc chắn nếu là người tinh ý, chẳng có lý do gì bạn lại nói rằng "Tôi chưa bao giờ nghe thấy cách chấm này ở đâu cả!"

Nắm bắt cách chấm điểm của thầy cô giáo không hẳn là một phương pháp học hay một bí quyết gia truyền quý giá nào, nhưng nó phần nào giúp bạn định hướng cách học cũng như cách làm bài sao cho đạt tới hiệu quả cao nhất có thể. Tại sao lại không thử chứ?

31
Chuẩn bị đồ dùng cần thiết

Việc hôm nay chớ để ngày mai.

- Tục ngữ Việt Nam

Độ quan trọng của đồ dùng cho kỳ thi như các loại bút, thước kẻ, tẩy... chỉ đứng ngay sau kiến thức của bạn. Vì thế, ngoài việc tổng kết kiến thức, bạn cũng cần lưu tâm tới những dụng cụ cần có cho kỳ thi của mình vài ngày hay một tuần trước ngày thi chính thức. Hãy dành thời gian kiểm kê lại danh mục những dụng cụ được mang vào phòng thi trên trang web chính thức của trường, công văn cho kỳ thi, hay thông báo của lớp trưởng trên email.

Bút bi, bút nước hay bút chì đều có thể bị tắc, hết mực hay bị rơi hỏng ngòi bất cứ lúc nào, vậy nên hãy sắm từ 4 đến 5 chiếc bút cùng loại, cùng màu mực để phòng trừ tình huống xấu xảy ra. Hãy chọn loại bút đảm bảo chất lượng, vừa tay, dễ viết nhất đối với mình. Với môn thi trắc nghiệm, tốt nhất bạn nên chọn bút chì gỗ để tránh bị rách phiếu trả lời - với một chiếc gọt bút chì nho nhỏ đi kèm phòng khi bút gãy ngòi hay bị cùn. Nếu dùng hộp bút, nhớ kiểm tra xem trong hộp có còn mẩu giấy ghi chú hay tài liệu nào không, tránh khi bị giám thị bắt được lại không thể thanh minh, coi như vi phạm quy chế thi. Với các môn cần tính toán, hãy kiểm tra loại máy tính của bạn, đảm bảo chúng nằm trong danh mục đồ dùng được phép mang vào phòng thi. Cẩn thận hơn, hãy kiểm tra pin máy tính, hay thay pin luôn để tránh trường hợp đang tính toán thì bị cạn pin, tắt máy.

Không phải tất cả phòng thi đều có đồng hồ, và cũng bất tiện khi phải đợi giám thị nhắc giờ. Để chủ động và tránh xảy ra những sai sót đáng tiếc, hãy mang theo một chiếc đồng hồ nho nhỏ. Không

chỉ dễ dàng theo dõi thời gian thi, bạn còn có thể phân chia thời gian cho từng câu trong đề thi sao cho hợp lý, tránh mắc phải trường hợp quá lan man với câu hỏi đầu, cuối giờ mới vội vàng làm các câu khác, rồi mất điểm cho những lỗi lặt vặt không đáng có.

Ngoài việc tổng kết kiến thức, bạn cần lưu tâm tới những dụng cụ cần có cho kỳ thi của mình vài ngày hay một tuần trước ngày thi chính thức.

32

Kiểm tra lại thông tin, giấy tờ

Các yếu tố của nghệ thuật học tập là ý chí, trật tự và thời gian.

- M. Prévost

Bạn đã nắm chắc tất cả kiến thức, tự tin vào bài thi ngày mai, cũng đã lượn đi lượn lại, nhớ như in phòng thi của mình và tin rằng chẳng còn điều gì vướng mắc cả. Nhưng đôi lúc có những cái "ngờ" rất ngẫu nhiên và vớ vẩn. Một trong số những chữ "ngờ" ấy là sai thông tin, giấy tờ, hai rắc rối muôn thuở với mọi người, tất nhiên chẳng trừ sinh viên chúng ta.

Với quá nhiều số liệu phải xử lý, nhiều người tên giống nhau, ngày sinh na ná nhau, việc nhầm lẫn vài trường hợp không phải là hãn hữu. Nếu biết trước khi làm bài thi, có thể bạn còn cơ hội sửa chữa lại thông tin. Nhưng sau khi đã chấm bài, thì công đoạn lần mò thông tin của bạn trong hàng ngàn bài làm quả thực chẳng dễ dàng chút nào. Việc giải quyết thắc mắc rất mất thời gian, và đôi khi còn chẳng thể sửa được kết quả bài làm nữa. Để tránh gặp phải tình huống trớ trêu này, ngoài xem phòng thi, giờ thi, bạn cũng nên lưu ý tới thông tin cá nhân của mình. Trong trường hợp có gì sai sót, hãy lập tức báo cho văn phòng trường nơi phụ trách thông tin thí sinh để sửa đổi kịp thời, tránh phiền toái cho ngày thi chính thức.

Với những kỳ thi đòi hỏi giấy tờ các loại, cần lên danh sách, đánh dấu những mục đã có sẵn, mục nào còn thiếu thì phải bổ sung ngay. Nếu có nhiều loại giấy tờ, bạn nên cho tất cả vào túi đựng tài liệu để tránh bỏ sót ở nhà hay rơi dọc đường.

Hãy chắc rằng mình không còn phải vướng bận điều gì, tâm trí bạn sẽ nhẹ nhõm và tập trung hơn cho bài thi sắp tới.

33

Thư giãn trước giờ thi

Những người vui hưởng cuộc sống thì không bao giờ là kẻ thất bại.

Đúng hay sai: Giờ chót trước khi thi là khoảng thời gian tốt để vội vàng xem lại bài vở trong lúc bạn đang hấp tấp chạy trên sân trường, băng qua hàng tá bạn bè, cố gắng nhồi vào đầu một khái niệm khó, cùng lúc đó lướt qua hàng loạt kết luận khác nhau của một đống sách trước khi giờ kiểm tra bắt đầu. Đáp án ở đây rất rõ ràng, là sai.

Khoảng thời gian này quan trọng hơn bạn nghĩ. Bài thhi thông thường ở trường đại học kiểm tra hai điều: một là khả năng diễn đạt sự hiểu biết của bạn về những tài liệu phức tạp, và hai là khả năng bạn nhớ lại và tổng hợp thông tin dưới áp lực của bài thi. Đó không chỉ là những gì bạn biết mà còn là cách bạn giải thích những điều đó một cách ngắn gọn và súc tích trong khoảng thời gian có hạn. Điều này có nghĩa là sau khi dành thời gian học, bạn phải nghỉ ngơi đủ để chuẩn bị cho trí óc của mình hoạt động dưới áp lực. Vài sinh viên tin rằng duy trì trạng thái "xung lượng trí tuệ" là có lợi thông qua việc học ngay trước khi giờ kiểm tra bắt đầu. Điều này không đúng. Cách học như vậy sẽ khiến bạn căng thẳng và mất tập trung. Trạng thái tốt nhất cho trí óc bạn là bình tĩnh, tự tin. Hãy dành một giờ trước khi thi để thư giãn.

Hãy học cách một vận động viên điền kinh luyện tập chạy cự li dài. Trong nhiều tuần trước khi cuộc thi diễn ra, vận động viên điền kinh phải tập luyện vất vả. Nhưng trong ngày thi, anh ta nghỉ ngơi, duy trì sức lực để có thể thi đấu thành công ngay khi tiếng súng vang lên. Học tập cũng là sự tập luyện, và thời gian một giờ trước khi thi là thời gian nghỉ ngơi trước khi cuộc đua bắt đầu.

Trong thời gian nghỉ ngơi này, hãy đọc một cuốn sách giải trí. Nghe bản nhạc làm bạn vui vẻ. Làm vài việc lặt vặt. Nói chuyện với bạn bè. Làm những việc không liên quan đến bài tập ở trường. Điều quan trọng là giữ cho đầu óc bạn thư giãn và minh mẫn, không mệt mỏi. Cho đến trước khi bài kiểm tra bắt đầu khoảng 30 phút, trên đường đi, hãy xem lại những tài liệu mà bạn cảm thấy chắc chắn. Thử hình dung bạn đang làm một bài luận về chủ đề này, hình dung giáo viên đang cầm bài kiểm tra của bạn và khen ngợi bạn trước lớp. Kỹ thuật này không chỉ là tự huyễn, nó tạo cho bạn sự tự tin và quan trọng hơn, nó giúp khởi động trí óc của bạn theo cách tốt và có kiểm soát. Khi bạn đến địa điểm thi, tránh bị thu hút quá đà vào việc liệt kê tất cả các khái niệm còn chưa nắm vững. Hãy giữ đầu óc thoải mái, hoặc tiếp tục suy nghĩ rằng bạn sẽ làm bài tốt như thế nào, điều này khiến bạn trở nên tự tin hơn. Khi bạn nhận được đề thi, hãy hít thật sâu và xem nó. Bạn nên ở trạng thái nhanh nhẹn, sung sức và thoải mái khi bắt đầu đặt bút viết bài.

Hầu hết sinh viên đều bỏ qua khía cạnh tâm lý khi làm bài thi. Chỉ học tài liệu mà không chuẩn bị tinh thần khi làm bài, đồng nghĩa với việc bạn mới chỉ chuẩn bị một phần cho thành công của mình. Dành thời gian nghỉ ngơi và tái tạo năng lượng ngay trước lúc kiểm tra là một cách tốt để đạt điểm xuất sắc.

Học tập cũng là sự tập luyện, và thời gian một giờ trước khi thi là khoảng thời gian nghỉ ngơi trước khi cuộc đua bắt đầu. Đừng cố ép tâm trí bạn phải tiếp thu thêm điều gì nữa. Thay vì vậy, hãy thật thoải mái, sung sức và nghĩ rằng mình sẽ làm bài thật tốt.

34
Bắt đầu ngay

Câu trả lời gọn nhất là hành động.

- Goethe

Từng phút trong phòng thi đều quý hơn vàng – ai cũng biết điều đó. Có một số người khá ung dung trong những phút ban đầu rồi hối hả chạy đua với thời gian khi chỉ còn vài phút nữa là hết giờ. Một số khác lại cắm đầu vào làm bài ngay từ khi phát đề, rồi luống cuống tẩy xóa, hoặc có khi nhầm lẫn và không thể nào làm lại bài được nữa. Chúng ta đều biết phải tận dụng thời gian, bắt đầu luôn không chậm trễ. Nhưng điều quan trọng hơn, đó là bắt đầu ra sao cho hiệu quả.

Bạn đừng bao giờ cắm đầu vào đề bài ngay - đây là lời khuyên xương máu của biết bao nhiêu sinh viên. Một sinh viên khôn ngoan sẽ phải hiểu bao quát đề trước khi đặt bút viết. Thay vì vội vã một cách ngu ngốc, hãy bình thản nhìn lướt qua một lượt đề thi. Thường thì bạn cần lưu ý một số điểm trong đề như sau:

- Số câu hỏi

- Dạng câu hỏi: trắc nghiệm, tự luận, đề mở, đề đóng,

- Độ khó của đề: quá khó, khó, dễ, bình thường, quá dễ (thường thì đề sẽ ở mức bình thường)

- Độ dài của câu hỏi: câu nào dài nhất, câu nào ngắn

- Mức độ quan trọng của các câu hỏi: câu nào chiếm nhiều điểm nhất, câu nào là phụ

Sau khi đã nắm được nội dung của đề, hãy đánh dấu vào những

câu bạn cho rằng có thể dễ dàng vượt qua (và tất nhiên, đây là những mốc đầu tiên cần phải bắt đầu trong bài làm). Ngay lập tức, hay viết nhanh những ghi chú, công thức, khái niệm quan trọng cho từng câu hỏi vào ngay trong đề thi hay giấy nháp. Công đoạn này cực kì quan trọng. Tất nhiên bạn cũng có thể trực tiếp ghép kiến thức vào bài làm lúc sau, nhưng đôi khi trí nhớ của chúng ta lại đi lạc hướng. Hãy chuẩn bị cho những bất ngờ trước khi nó dìm bạn xuống không thương tiếc.

Nào, giờ bạn đã sẵn sàng đi thẳng vào từng câu hỏi rồi chứ? Lúc này, đừng quên đọc kỹ yêu cầu câu hỏi, các chỉ dẫn, gợi ý (nếu có). Với những từ khóa quan trọng như dữ kiện cho sẵn, yêu cầu thực hiện,... bạn cần gạch chân lại để khỏi bị sót hay làm sai đề. "Bẫy" cũng là một yếu tố đáng lưu tâm. Đừng để bị rơi vào những cái bẫy gài sẵn. Trước khi đặt bút viết, bạn cần nắm thật rõ ba điều: nội dung câu hỏi, yêu cầu đề bài, và phạm vi kiến thức cần khai thác.

Bắt đầu sớm và có phương pháp khoa học chính là chiếc chìa khóa cho một bài thi chỉn chu và tốt đẹp. Hãy nhớ kỹ điều đó.

35
Đọc kỹ đề

Đừng để ai phiền trách bạn. Trong một việc nếu bạn không thành công thì hãy cho là lỗi tại bạn.

Đừng đổ lỗi cho ai.

- Earvid Johnson

Một vận động viên giỏi giang đến mấy, nếu vội vàng cũng dễ bị chấn thương, vấp ngã. Khác với người kém cỏi hay không có kỹ thuật thi đấu, cái thua do sự hấp tấp thường mang đến tiếc nuối nhiều hơn. Không quan trọng ai là người nộp bài làm đầu tiên trong phòng thi, kết quả cuối cùng mới là cái đích chúng ta cần hướng đến. Thế nên, khi nhận được đề thi, hãy bình tĩnh đọc kỹ từng câu trước khi đặt bút viết.

Trước khi đến tay bạn, đề thi đã phải vượt qua rất nhiều khâu dựng nội dung, rà soát, kiểm tra, bảo mật cực kỳ khắt khe. Nội dung đề thi phải đảm bảo bao quát hết chương trình và chia theo mức từ dễ đến khó, từ cơ bản đến nâng cao để đánh giá, phân loại thí sinh. Thế nên, nếu vội vàng đặt bút viết ngay, hay đắc chí tự nhủ "đề dễ thế này, cứ tha hồ mà phóng bút vài trang giấy", rất có thể bạn sẽ là nạn nhân của hội chứng "nhanh nhảu đoảng".

Thường thì mỗi câu hỏi trong đề thi, dù lớn hay nhỏ, đều gồm hai phần: dữ kiện cho sẵn và dữ kiện hỏi. Trước tiên hãy phân rạch ròi hai phần này để tránh nhầm lẫn. Sau đó, tập trung vào phần dữ kiện có sẵn. Hãy gạch chân dưới những thông tin đó, hay chắc chắn hơn, gạch ra giấy nháp hai mục dữ kiện lớn như ở trên. Vì đây chỉ là bước nháp nên bạn không cần phải quá đi vào chi tiết, nắn nót dễ mất thời gian. Giờ hãy chuyển qua phần hỏi. Cần xác định rõ nội dung câu hỏi và cách thức trả lời được yêu cầu. Hãy

dùng bút chì gạch dọc, chia giữa yêu cầu và nội dung hỏi. Phần yêu cầu này cực kỳ quan trọng. Ngay cả nếu có kiến thức vững, nhưng thay vì đánh dấu đáp án đúng, bạn lại viết câu trả lời của mình thì coi như câu đó không được tính điểm.

Giờ là lúc bắt đầu phát huy kiến thức trong đầu bạn. Dựa vào bản phân tích sơ qua đề thi, bạn hoàn toàn có thể làm bài mà không lo chuyện bị đi nhầm hướng, lan man, hay sai yêu cầu.

36
Lập dàn ý

Nền không chắc mà tường cao thì sự sụp đổ nằm sẵn nơi đó rồi.

- Hậu Hán Thơ

Dàn ý giống như bản đồ chỉ dẫn đường đi, giúp bạn không còn lo đâm phải ngõ cụt ý tưởng hay lạc vào mê cung của những kiến thức lộn xộn trong đầu. Rất nhiều người biện hộ rằng vì đề thi quá dài và khó, nên họ chẳng còn thời gian lập dàn ý nữa. Nhưng nếu bạn muốn có lối trình bày khoa học, thông minh và đạt kết quả cao trong kỳ thi, lập dàn ý chính là một trong những kỹ năng căn bản cần phải thành thạo đến mức thành phản xạ.

Trước khi đi vào đọc chi tiết từng câu, từng đoạn, người chấm bao giờ cũng lướt qua tổng thể, và điều họ quan tâm đầu tiên không phải là từng câu văn của bạn, mà chính là cách sắp xếp bố cục bài làm. Cũng giống như một cô gái xinh đẹp nhưng trang phục luộm thuộm, đầu tóc bù xù thì sự hấp dẫn đã giảm đi quá nửa. Bố cục bài làm cũng như vậy, nó có thể khiến bạn tạo thiện cảm hay tạo ấn tượng xấu trong mắt người chấm ngay từ cái nhìn đầu tiên. Vì thế, hãy thể hiện với thầy cô rằng bạn là một sinh viên không những chăm chỉ mà còn thông minh, biết cách tổ chức bài làm của mình khoa học và thuận lợi nhất cho người đọc.

Để có thể lập dàn ý chính xác và hiệu quả, bạn cần phải nắm vững đề bài, từ đó khoanh vùng phần kiến thức có liên quan. Có rất nhiều trường hợp vừa đọc đề xong, vui mừng vì "trúng tủ" liền vội vàng đặt bút viết ngay, rồi cuối cùng mới tá hỏa là mình làm sai yêu cầu. Một dàn ý chuẩn đều có những ý lớn (hay luận điểm chính), bao trong đó là hệ thống các luận điểm cấp 2, cấp 3.

Sau khi đã lên được một khung nội dung hợp lý, điều tiếp theo bạn

nên làm là chọn cách trình bày sáng sủa, bao gồm cách đánh số thứ tự, cách viết hoa, lùi đầu dòng, gạch chân đề mục... Để tránh trường hợp bị chấm sót ý, tốt nhất bạn nên đưa câu chủ đề làm câu mở đoạn, viết thật rõ ý, đơn giản, giúp người chấm thi chỉ cần nhìn lướt qua là xác định được bạn có làm đủ ý hay không.

Nếu bạn muốn bài thi đạt kết quả cao, lập dàn ý chính là một trong những kỹ năng căn bản cần phải thành thạo đến mức phản xạ.

37
Làm câu dễ hơn trước

Chỉ những kẻ nào có nhẫn nại làm được toàn những việc dễ mới biết nghệ thuật làm được dễ dàng những việc khó.

- Schiller

Tại sao lại phải lao đầu vào ngõ cụt, khi biết rõ mình có thể đường hoàng đi theo hướng quang quẻ, bằng phẳng hơn? Một đề thi ắt hẳn sẽ có câu dễ câu khó. Thay vì cố gắng hướng vào những câu hỏi khó (và thường chiếm rất ít điểm), hãy tập trung "ghi bàn" ngay từ những câu căn bản đầu tiên. Bạn hoàn toàn có thể làm được như vậy, đúng không nào?

Một điểm khá thú vị, đó là bệnh ưu tiên câu khó là vấn đề thường gặp của những sinh viên có học lực khá giỏi. Khác với những sinh viên có học lực trung bình, họ luôn muốn thể hiện mình không chỉ ở trên lớp, mà còn trong cả các kỳ thi. Trong khi những sinh viên khác tập trung vào các câu căn bản, họ say sưa với những câu hỏi có đánh dấu sao, câu chiếm 0,5 điểm như một tay chơi bóng điệu nghệ. Đối với họ, những câu đầu tiên là quá dễ, thường sẽ là những câu cuối cùng họ làm, sau khi đã chinh phục những đỉnh núi đồ sộ phía dưới. Nhưng sẽ ra sao nếu chẳng may họ đã dành đến nửa thời gian cho những câu khó, mà chẳng thể nào giải được chúng?

Đáp án rất đơn giản: đừng làm theo những người như vậy. Hãy gạt bỏ những suy nghĩ đại loại như "Câu dễ là để cho bọn kém làm gỡ điểm", "Phải lao vào câu khó nhằn mới đúng chất học lực giỏi", hay "Ôi mấy câu kia dễ bỏ xừ, làm loáng một tí là xong ấy mà",... Thi cử khác với việc học thông thường. Bạn có thể dễ dàng bị rớt xuống hạng "khá" chỉ vì ham mê những câu hỏi khó, làm qua quít các câu dễ và rồi cả hai phần đều không hoàn thiện.

Thay vào đó, hãy tập trung phần lớn thời gian cho những câu hỏi dễ, những phần kiến thức bạn tin chắc có thể vượt qua được. Thật may là phần kiến thức này lại thường chiếm một nửa đề thi, thế nên cơ hội đạt điểm cao của bạn thậm chí còn cao hơn cả những kẻ ngạo mạn khác. Còn nữa, cũng đừng nghĩ vì những câu đó dễ nên làm nhanh là xong. Càng những câu căn bản, bạn lại càng phải cẩn trọng hơn, tránh để mất điểm vô ích. Các bí quyết làm bài khác trong cuốn sách này cũng sẽ giúp bạn khá nhiều đấy. Chỉ cần chọn lấy vài mục ưa thích, và cố gắng áp dụng chúng trong những câu "dễ thở" này. Điểm cao giờ không phải ngoài tầm với, ngay cả với những sinh viên làng nhàng!

Thay vì cố gắng hướng vào những câu hỏi khó (và thường chiếm rất ít điểm), hãy tập trung "ghi bàn" ngay từ những câu căn bản đầu tiên.

38
Viết nháp

Người ta biết đến cái cây nhờ quả của nó chứ không nhờ rễ của nó.

"Đừng bao giờ đặt bút viết ngay khi bạn suy nghĩ!" – một người thầy của tôi đã từng nói vậy, và cho đến giờ, lời khuyên này vẫn không là thừa không chỉ với chúng tôi, và với tất cả những người còn ngồi trên ghế nhà trường. Những tờ nháp thi có thể sẽ cứu bạn đấy! Hãy tận dụng chúng, hãy biến chúng thành sức mạnh ghi điểm của bạn.

Với những môn xã hội cần lập luận thì nháp thực sự là công cụ khá đắc lực. Với mỗi câu hỏi cần phải triển khai dưới dạng đoạn văn, hãy nhanh chóng phân tích đề bài, vạch ra một dàn ý sơ bộ. Dựa trên dàn ý đó, bạn có thể thêm vào những lập luận, chứng cứ, hay thông tin về nhân vật, ngày tháng tùy ý. Một gợi ý nho nhỏ nhưng hữu ích dành cho bạn: khi bí ý tưởng, hãy thử áp dụng phương pháp sơ đồ cây xem. Dạng sơ đồ này sẽ khiến bạn bình tĩnh lại, không bị rối trí, và cũng giúp bạn bao quát được toàn bộ bài làm mà không để sót ý, thừa ý nữa đấy.

Với các môn cần tính toán, vai trò của nháp lại càng quan trọng hơn. Ai có thể điên rồ tới mức nháp ngay vào bài làm, hay thậm chí làm bài mà không có nháp cơ chứ? Bài làm không có nháp chắc chắn sẽ bị tẩy xóa rất nhiều, thậm chí còn sai kết quả nữa. Hãy ghi lại nhanh những dữ kiện có sẵn, yêu cầu bài làm dưới dạng ký hiệu, hình vẽ, hay bất kỳ một kiểu nào bạn có thể hiểu ngay lập tức, càng ngắn gọn càng tốt. Tóm tắt lại đề bài ra nháp chỉ mất có vài giây, nhưng hiệu quả của nó khá lớn. Mọi phép tính trên nháp đều có thể tẩy xóa thoải mái, chỉ cần bạn ra kết quả đúng, kiểm tra cẩn thận lại các phép toán. Mọi phép tính trên nháp khi đã chắc chắn mới có thể ghi vào tờ bài làm chính được.

Có hai điểm cần phải nhớ khi lập dàn ý cho bài luận cũng như dạng bài tính toán, đó là không viết thành đoạn, và không nên quá nắn nót. Thói quen viết đoạn luôn sẽ giết chết cả công sức lẫn quỹ thời gian làm bài ít ỏi của bạn. Đừng bắt đầu một đoạn văn hay một bài số học bất kỳ nào đó trong giấy nháp. Hãy dành những dòng đó trong tờ bài làm chính thức. Không ai chấp nhận chấm bài trên nháp, và bạn cũng không thể nói rằng bài làm trên nháp của mình cũng phải được tính y như trong giấy thi cả. Một thói quen xấu khác đó là quá chăm chút, nắn nót cho tờ nháp. Điều này là không cần thiết. Bạn chỉ cần tốc ký sao cho có thể đọc được chữ, không quá cẩu thả đến mức nhìn nhầm ý là được rồi.

Tận dụng đúng những tờ giấy nháp, bạn sẽ biến chúng thành sức mạnh ghi điểm của mình.

39

Đối phó với câu hỏi khó

Những cây mạnh nhất, cao nhất mọc trên những mảnh đất cằn cỗi nhất.

- J. Holan

Đề thi đương nhiên không chỉ có những rào thấp, mà còn xen vào cả những tảng đá khá khó nhằn. Thắc mắc muôn thuở của sinh viên đi thi là làm sao chinh phục được những câu hỏi khó. Thực ra, trong phần lớn trường hợp, bạn hoàn toàn có thể chinh phục được những cái đích này. Để tôi chỉ cho bạn một số bí quyết nhé!

Bí quyết 1: Bỏ qua nếu chưa nghĩ ra

Như tôi đã đề cập từ trước, một sinh viên khôn ngoan sẽ không bao giờ mất quá nhiều thời gian cho những câu hỏi nâng cao. Nếu bạn gặp phải một câu hỏi khó nhằn, hãy bao quát nó càng nhanh càng tốt. Ngoài việc xác định nội dung câu hỏi, yêu cầu đề bài, phạm vi kiến thức áp dụng, bạn còn cần ước lượng nhanh độ khó của câu hỏi. Trong trường hợp không thể nghĩ ra ý tưởng gì hay ho ngay lúc đó, đừng chần chừ, hãy chuyển qua những câu khác dễ ăn điểm hơn. Bạn có thể quay lại câu khó này vào lúc sau, khi đã nắm chắc tất cả những phần điểm còn lại trong tay.

Bí quyết 2: Cố gắng gợi nhớ

Rất có thể bạn đã từng gặp, từng làm một bài tương tự như vậy ở đâu đó (trong cuốn sách tham khảo, đề thi thử các năm trước, bài ở lớp học thêm, bài viết trên một diễn đàn chuyên môn nào đó,...) Đừng loại trừ khả năng này, bởi suy cho cùng, đề thi cũng bắt nguồn từ những nguồn thông tin quen thuộc như vậy cả thôi. Hãy

cố gắng gợi nhớ lại về dạng bài, những thông số, kiến thức liên quan. Hãy tìm và tóm lấy bất kể một manh mối nào trong trí nhớ bạn ngay lúc đó. Sức mạnh của trí nhớ đôi khi khiến chúng ta phải ngạc nhiên đấy!

Bí quyết 3: Thử tất cả các phương án có thể

Tại sao bạn lại chịu rút lui chỉ sau một phép thử sai? Cơ hội giành điểm thật ngắn ngủi, và chỉ dành cho những "chiến binh" kiên trì nhất mà thôi.

Bạn nản lòng khi ghép số vào mà không ra đáp án ư? Hãy tạm bỏ phần nháp đó lại. Bây giờ, bạn chỉ cần vạch ra tất cả các hướng giải có thể. Sau đó, hãy thử tất cả các phương án, và dùng phương pháp loại trừ để tìm ra hướng đi đúng cho bài làm của mình. Khi đã liệt kê được các phương án, cũng là lúc bạn bình tĩnh trở lại, nhìn nhận vấn đề một cách bao quát và rộng rãi hơn. Giờ chỉ cần một chút kiên trì, bạn rất có thể sẽ giải được đề bài hóc búa ấy. Hãy cố gắng đến phút chót, bạn thân mến.

Bí quyết 4: Tìm gợi ý trong câu hỏi hoặc trong các phần khác

Một gợi ý không phải là tối ưu, nhưng cũng đáng thử vào những lúc nước sôi lửa bỏng như vậy đấy chứ. Hãy thử liên kết các câu hỏi trước xem chúng có gợi ra bất kỳ manh mối nào không (công thức có liên quan, mảng kiến thức có liên hệ, ...).

Một lý do nữa khiến bạn thêm rối trí là vì bạn quá để tâm đến những điều phức tạp, cao xa, mà quên bẵng mất những kỹ năng làm bài căn bản. Nếu đang loay hoay với đống công thức, khái niệm chằng chịt, bạn hãy thử gác hết chúng lại. Hãy cầm bút lên, đọc lại đề bài, gạch chân những từ khóa quan trọng trong đề, tìm dữ kiện có sẵn, các từ khóa chủ chốt. Đa số các trường hợp sau khi áp dụng bí quyết này đều tìm được hướng giải bài phù hợp. Vậy tại sao bạn lại không thử nhỉ? Bạn chẳng mất gì khi cố gắng hết mình, phải không?

Bí quyết 5: Người cứu hộ ở ngay bên cạnh bạn. Chính là giám thị trông thi

Tất nhiên, bạn không thể hỏi giám thị về đáp án bài thi hay những công thức trong sách được. Trong lúc quan sát một đề bài, có bao giờ bạn nghĩ rằng nó sai hay không? Có thể chứ, mọi thứ đều có xác suất sai sót, và rất có thể lỗi sai đó đang ở ngay trước mắt bạn. Hãy hỏi giám thị, nhờ họ báo lại với hội đồng coi thi xem câu đó có vấn đề gì trong đề thi không. Mọi khả năng đều là có thể. Đừng

bao giờ quên điều này.

Cuối cùng, không một câu hỏi đánh dấu sao hay bất kỳ một lời cảnh báo nào khiến bạn phải e sợ, hay đừng bao giờ cho rằng những câu cao siêu đó chỉ dành cho những tay sinh viên xuất chúng. Hãy lần lượt áp dụng năm bí quyết nhỏ này, cũng như tham khảo các mục khác trong cuốn sách này để vượt qua chúng.

Bạn có thể vượt qua những câu hỏi khó hay không, điều đó cũng quan trọng. Nhưng quan trọng hơn là bạn được thử thách với chính mình.

40
Kiểm soát thời gian

Anh có thể trì hoãn, nhưng thời gian thì không.

- Benjamin Franklin

Quãng thời gian làm bài đã được tính toán phù hợp với đề thi, đảm bảo không quá nhiều hay quá ít với bất kỳ thí sinh nào. Vì thế thời gian làm bài ngắn hay dài không phải chuyện đáng lo lắng, miễn bạn biết cách tận dụng khoảng thời gian ấy để đạt hiệu quả bài làm cao nhất có thể. Một chiếc đồng hồ đeo tay nho nhỏ là trợ thủ đắc lực cho bạn trong việc làm chủ thời gian này.

Sau khi phân tích kỹ đề bài, hãy lập tức phân bố thời gian sao cho hợp lý, tối ưu với bản thân. Tốt nhất hãy áp dụng mô hình thời gian Hiểu - Làm - Kiểm tra lại.

Bạn chỉ cần dành khoảng vài phút cho bước đầu tiên: quan sát và phân tích đề, theo trình tự đã phân tích ở mục trước.

Tiếp theo là phần chính - Làm, chiếm phần lớn quỹ thời gian, và cũng cần phân chia cẩn thận hơn.

Với bài thi trắc nghiệm gồm nhiều câu đòi hỏi xử lý thông tin nhanh nhạy, bạn chỉ cần lấy tổng thời gian làm bài chia cho số câu trắc nghiệm là ra được thời gian trung bình dành cho một câu hỏi nhỏ. Kinh nghiệm làm phần này là hoàn thành ngay những câu biết chắc đáp án, đánh dấu những câu chưa rõ để quay lại làm sau và tuyệt đối không dừng lại lâu ở một câu hỏi, trừ khi đó là câu cuối cùng cần hoàn thành.

Với bài thi theo dạng tự luận, bạn không chỉ phải chia đều thời gian cho số câu như với dạng trắc nghiệm, mà còn phải cân nhắc

cả độ khó - dễ, dài - ngắn. Thường thì những câu khó nằm phía cuối đề thi sẽ chỉ chiếm ít điểm, nên bạn không cần dành quá nhiều thời gian cho câu này. Thay vào đó, hãy ưu tiên làm thật tốt các câu cơ bản. Bạn cũng cần cân nhắc khả năng hiện tại của mình để phân chia thời gian. Công thức muôn đời là: Dễ làm trước, khó làm sau. Với những câu bạn nắm chắc kiến thức, hãy làm trước và làm thật cẩn thận, tránh bị trừ điểm lặt vặt. Quan trọng nhất, phải nghiêm khắc với chính mình trong việc tuân thủ hạn mức thời gian. Khi gặp phải một câu "khó nhằn" có nguy cơ đốt cháy lịch trình, lập tức để nó lại và chuyển sang các câu tiếp theo, rồi cuối cùng mới quay lại nếu còn dư ít phút. Đừng để một câu hỏi phá hỏng toàn bộ hành trình của bạn, trong khi đó chỉ là một chướng ngại mà bạn có thể chọn vượt qua hoặc chọn đi đường khác.

Kiểm tra lại bài làm là một bước không kém phần quan trọng nhưng rất tiếc, cũng là mục mà nhiều người trong chúng ta bỏ qua. Có người hoàn thành sớm, ung dung ngồi chơi và nhắc bài các bạn, trong khi lại chủ quan không xem lại bài làm của mình. Có người không biết kiểm soát giờ giấc, đầu giờ đủng đỉnh, gần cuối giờ mới vội vàng, cuống quýt, đến phút chót còn phải hì hụi viết cố, nói gì đến thời gian dò lại bài làm. Trong khi làm bài, bạn rất dễ mắc phải một sai sót nào đó, mà do quá mải mê làm cộng với áp lực giờ thu bài cận kề nên bỏ qua. Với bài trắc nghiệm, khả năng chúng ta bỏ sót câu hay đánh dấu nhầm là khá lớn, nên sẽ không hề thừa khi lướt lại từng câu, đồng thời đối chiếu với phiếu trả lời xem có khớp hay không. Còn với dạng bài tự luận, hãy đọc lại nội dung theo từng đoạn, từng câu một. Với những bài tính toán, cách kiểm tra tốt nhất là đi ngược từ kết quả xem có khớp với dữ liệu đã cho hay không. Dò tên đơn vị, quy trình giải cũng là một điểm cần ghi chú. Ở bước cuối cùng này, bạn càng không được phép chủ quan hay vội vã, mà cần đọc bài bằng con mắt cẩn trọng, khách quan như một người chấm thi. Hãy tận dụng hết thời gian cho phép. Chỉ 5-10 phút rà soát lại bài làm, bạn sẽ không phải hối hận sau khi bước ra ngoài phòng thi.

Bạn không nhất thiết phải là một nhà quản lý tài ba mới có thể làm chủ quỹ thời gian của mình. Hãy ghi nhớ những bước cơ bản trên đây và điều chỉnh cho phù hợp với hoàn cảnh lúc đó, ít nhất nếu không hoàn thành hết các câu thì bạn vẫn có thể vui vì đã tận dụng được tối đa thời gian cho những gì mình có thể làm tốt.

Thời gian làm bài ngắn hay dài không phải chuyện đáng lo lắng, miễn bạn biết cách tận dụng khoảng thời gian ấy để đạt hiệu quả bài làm cao nhất có thể.

41
Tâm lý vững vàng

Chiến thắng bản thân là chiến thắng hiển hách nhất.

- Platon

Phòng thi im phăng phắc, chỉ có tiếng giấy sột soạt, tiếng bút viết và cả tiếng thở dài mệt mỏi của vài người. Chưa kể tới những biến cố có thể bất ngờ xảy ra. Khi nghĩ tới những điều đó, hầu hết chúng ta đều bị ám ảnh bởi nỗi sợ thi cử. Cách giải quyết tốt nhất là ổn định tâm lý cành nhanh càng tốt trước khi bạn bị chìm nghỉm trong "bãi lầy" sợ hãi đó.

Nhiều khi, nỗi sợ không đến từ đề thi, mà từ những nhân tố gây phân tán tư tưởng như thời tiết, tình hình phòng thi, giám thị... Trước chừng ấy thử thách, hãy giữ trạng thái bình thản bằng cách cố gắng chỉ tập trung vào bài làm của mình. Đừng quan tâm đến việc giám thị đứng ngay cạnh mình, hay có ai đó vừa hắt xì hơi. Càng chú ý đến những điều nhỏ nhặt ấy, bạn càng bị tách xa khỏi sợi dây thăng bằng tâm lý mà thôi.

Uống một chút nước cũng giúp bạn tập trung và hoạt động hiệu quả hơn. Lời khuyên của tôi là bạn nên mang vào phòng thi một chai nước lọc và một gói khăn giấy để lau mồ hôi khi trời nắng nóng.

Đôi khi có những tình huống bất ngờ hay tế nhị không khỏi khiến bạn bị phân tâm. Bạn có thể bị người đằng sau gõ vào vai hỏi đáp án một câu nào đấy, hay năn nỉ xin chép bài. Có những trường hợp còn "manh động" đến mức giật bài, xé bài, hay gây rối trong phòng thi. Cho dù đó có là bạn thân hay người lạ, bạn cũng đừng bao giờ đáp lại những đề nghị vô lý kiểu đó. Hãy nghĩ rằng, thật bất công trong khi bạn hay những thí sinh khác phải vất vả ôn

luyện thì có một số người lại không cần học hành gì mà vẫn được điểm cao. Họ không phải là nạn nhân để kêu cầu sự giúp đỡ, và kỳ thi cũng không phải nơi bạn làm anh hùng ra tay nghĩa hiệp. Tốt nhất, bạn hãy cứ làm lơ và tập trung vào bài làm của mình. Trong trường hợp người kia làm gì quá đáng, bạn hoàn toàn có quyền nhờ giám thị xử lý vi phạm.

Một dạng tình huống bất ngờ khác là trong phòng có người bị lên cơn đau tim, ốm ngất... Khác với những tình huống nhờ cậy ở trên, chúng ta không thể tránh khỏi những trường hợp bần cùng bất đắc dĩ như thế này, và cũng dễ bị phân tán đầu óc hơn nhiều. Hãy tự nhủ rằng, "hội đồng coi thi sẽ có cách giúp người xấu số đó, còn mình phải tập trung vào bài thi này đã". Trong trường hợp này, hãy lập tức thông báo cho giám thị và những người có trách nhiệm để có biện pháp xử lý. Nếu tình thế không quá nguy hiểm và khẩn cấp, tuyệt đối đừng rời khỏi chỗ ngồi của mình; và hãy xin phép giám thị ngay cả khi bạn định tới giúp họ. Sau khi sự việc ổn thỏa, hãy nhắm mắt lại chừng hai phút, tạm gác những điều vừa xảy ra và tiếp tục hoàn thành bài thi của mình trọn vẹn nhất.

Trong quá trình làm bài, cũng sẽ có lúc bạn cảm thấy đầu óc như một căn nhà hoang, trống rỗng không còn một chữ. Tôi tạm gọi đây là "khoảng trắng". Đó là khi não bạn vì quá căng thẳng mà đột nhiên "đình công". Bạn không cần quá sợ hãi, đa số những người từng trải qua thi cử đều trải qua tình cảnh này. Hãy tạm thời úp đề thi xuống, nhắm mắt lại, hít thở sâu, nghĩ đến điều gì đó giúp bạn tĩnh tâm. Đừng lo, kiến thức không có chân chạy biến đi mất, mà chỉ tạm lùi về vùng tiềm thức trong vài phút thôi. Khoảng 2-3 phút sau, tất cả sẽ quay lại bên bạn như cũ, và giờ bạn có thể tiếp tục bài thi của mình rồi đó.

Đừng để bị phân tâm trước bất kỳ việc gì. Một khi ngồi trong phòng thi, hãy tĩnh tâm và tập trung hết sức vào bài làm.

42

Đừng lãng phí cơ hội

Đừng cho rằng cơ hội sẽ gõ cửa nhà bạn hai lần.

5-10 phút cuối giờ là quá ngắn ngủi cho những người cầu toàn, nhưng lại là cơ hội của người biết tranh thủ. Hãy hành động giống như các vận động viên thể thao, không bao giờ để lỡ bất cứ một giây nào để giành chiến thắng. Hay nói cách khác, bạn hoàn toàn có thể thay đổi kết quả thi nhờ những phút cuối giờ quý giá này.

Thay vì hoảng loạn, trước hết hãy lập tức trở lại trạng thái bình tĩnh và tỉnh táo nhất có thể. Bạn phải tự nhủ rằng, "Chưa hết giờ nghĩa là chưa hết cơ hội." Sau đó, hãy tranh thủ làm tối đa những gì có thể ăn điểm. Phương pháp này cực kỳ hữu hiệu với hình thức thi trắc nghiệm: khi thời gian không cho phép suy nghĩ, hãy tạm quên đi sự cẩn trọng, điều quan trọng nhất bây giờ là không được để trống bất kỳ câu hỏi nào. Trực giác, linh cảm cá nhân nếu không thể cứu bạn một bàn thua, thì chí ít cũng không khiến bạn phải tiếc nuối 25% cơ hội với 4 đáp án lựa chọn. Còn với đề tự luận, trong những phút ít ỏi còn lại, hãy cố gắng viết thật nhanh đủ dàn ý mà bạn đã chuẩn bị, bởi những luận điểm trơn đó vẫn có thể đem lại cho bạn phần điểm trong barem chấm bài.

Hãy luôn nhớ rằng, bạn chỉ có thể thể hiện mình duy nhất một lần qua bài thi, và mỗi phút, mỗi câu hỏi trắc nghiệm đều ẩn chứa một cơ hội. Tất nhiên, càng vững vàng, bạn càng ít phải phụ thuộc vào vận may. Một lời khuyên không bao giờ thừa là: đừng bao giờ rời phòng thi trước khi hết giờ làm bài. Có rất nhiều trường hợp háo hức về sớm, đến khi ra khỏi khu vực thi mới phát hiện sai sót trong bài làm hay thông tin cá nhân thì đã quá muộn, không kịp sửa lại nữa. Tốt nhất là hãy ngồi tại chỗ cho đến khi có chuông báo hết giờ và tận dụng quãng thời gian đó để hoàn thiện bài làm của

mình.

Tâm lý chung của sinh viên là chỉ muốn thoát ra khỏi không khí ngột ngạt, căng thẳng ở phòng thi càng sớm càng tốt. Tuy nhiên, thay vì chạy ra ngoài địa điểm thi ngay khi buông bút, hãy ngồi yên, bình tĩnh soát lại mọi thông tin. Thời gian thi vẫn còn, tức là bạn vẫn còn cơ hội sửa lỗi, cải thiện kết quả thi của mình.

Dịp đi chơi, nghỉ ngơi thì vô số, nhưng kỳ thi chỉ có một lần trong kỳ học; đừng để bản thân phải ân hận sau đó vì vài phút vội vàng nhanh nhảu đoảng.

43

Đúc rút kinh nghiệm

Đừng bao giờ than vãn trước một việc đã rồi, hãy nhìn thẳng vào vấn đề và tự hỏi mình có thể làm được gì.

Không có áp lực, khó khăn thì không bao giờ có thể trưởng thành, mở mang đầu óc được. Hãy coi mỗi kỳ thi như một dịp kiểm tra kiến thức, trải nghiệm áp lực. Mỗi trải nghiệm đều rất có ích cho bạn trong các kỳ học sau, những bài thi sắp tới, hay thậm chí cả sự nghiệp sau này. Bạn không những phải học cách chấp nhận kết quả, mà còn phải biết cầu tiến và cố gắng không ngừng. Một sinh viên thông minh nhưng không biết rút kinh nghiệm sớm muộn cũng tụt hậu so với người biết cầu thị, sửa sai.

Liệt kê những sai lầm mắc phải trong bài thi

Tìm ra sai lầm của bản thân mình không phải là điều dễ dàng. Bạn có thể gán lý do cho một phép tính sai nào đó trong bài làm, chẳng hạn như, hôm đó bạn bị đau bụng, đề bị sai, hay dễ dàng hơn là phần đó không có trong chương trình học. Tốt thôi, người ta có thể chấm điểm kiến thức của bạn, nhưng chẳng ai có thể bắt bẻ được những lý do bạn ngụy biện cho sai lầm của mình. Nhưng hãy cẩn thận, chính sự chối bỏ lúc bấy giờ sẽ dẫn tới những sai lầm nghiêm trọng hơn trong tương lai.

Giải pháp tốt nhất đó là hãy thẳng thắn đối mặt với những lỗi sai của mình. Một tờ giấy và cây bút là trợ thủ đắc lực của bạn. Hãy nghiêm túc ngồi lại, liệt kê những sai lầm mình đã mắc phải trong kỳ thi vừa rồi. Đó có thể là những sai lầm về kiến thức, thái độ, phương pháp ôn tập, ... Đó có thể là những sai lầm đặc biệt nghiêm trọng (như bạn bị bắt phao chẳng hạn), hay những lỗi nhỏ nhặt (quên không chia động từ trong bài luận). Bất cứ điều gì gây ra hậu quả đều phải được ghi lại, càng trung thực và đầy đủ

càng tốt.

Đi tìm nguyên nhân gây ra sai lầm

Ổn rồi. Giờ bạn đã nắm trong tay những "thủ phạm" cho kỳ thi của mình. Đừng để chúng có cơ hội hoành hành lần nữa. Hãy đi tìm nguyên nhân của những sai lầm đó ngay thôi.

Có rất nhiều nguyên nhân gây ra sai lầm, nhưng tựu chung chúng ta có thể chia ra thành hai loại: nguyên nhân chủ quan và nguyên nhân khách quan. Nguyên nhân khách quan có thể là do bạn đột nhiên lên cơn đau bụng vào đúng giờ thi, hay đề bị sai, xe hỏng,... Những nguyên nhân này là do hữu ý và gần như không thể đoán biết trước được. Hãy coi đó là những nỗi xui xẻo không đáng có và gạt chúng ra khỏi đầu bạn.

Một kiểu khác đó là nguyên nhân chủ quan – do từ chính chúng ta tạo nên. Chẳng hạn, bạn viện cớ đến phòng thi muộn vì tắc đường. Đừng đổi lỗi cho giao thông. Bạn biết phải cải thiện chúng bằng cách nào mà! Dậy sớm hơn, đến địa điểm thi trước nửa giờ trước khi thi – điều này không quá khó phải không? Chúng ta thường nhầm những nguyên nhân chủ quan với khách quan, và hầu hết đều đổ lỗi cho hoàn cảnh. Tin tôi đi, bạn hoàn toàn có thể thay đổi tình thế. Hãy thẳng thắn đối diện với bản thân mình, gạn lọc thật tỉnh táo hai loại nguyên nhân này. Một lần nữa tôi phải nhắc lại: đặc biệt chú ý vào những nguyên nhân chủ quan – những điều bạn có thể thay đổi được.

Sau cùng, một vấn đề có thể có rất nhiều nguyên nhân. Một phép tính sai có thể là do cẩu thả, do bạn quên công thức, và lười ôn lại phần bài đó. Bạn cần rà soát thật cẩn thận các gốc sai lầm, tránh trường hợp bỏ sót bất kỳ một tên "trùm" nào.

Tổng kết và lên kế hoạch cải thiện

Nếu chỉ vạch ra các nguyên nhân, bạn chỉ mới đi được nửa chặng đường sửa sai. Sau khi đã tìm ra những nguồn gốc sai sót trong bài thi vừa rồi, hãy lên kế hoạch cải thiện bản thân.

Với những sai lầm muôn thuở như hổng kiến thức, không thể vận dụng vào bài tập,... có khả năng bạn chưa linh hoạt trong việc áp dụng lý thuyết hoặc thiếu kỹ năng làm bài. Với khuyết điểm này, chẳng còn cách nào khác là tích cực làm thêm các dạng bài trong giáo trình và sách tham khảo. Khi đã kết hợp nhuần nhuyễn giữa kiến thức và bài tập áp dụng, nỗi lo "đứng hình" trước đề thi cũng sẽ hầu như không còn.

Nếu bạn thường xuyên bị mất bình tĩnh khi đi thi, thì chẳng còn cách nào khác, bạn phải tự đối diện với bản thân mình và mạnh dạn cải thiện qua luyện tập. Hãy tham gia, cọ xát nhiều với những kỳ thi không chỉ trên lớp, mà còn ở khoa, ở trường, thậm chí ở các câu lạc bộ mà bạn tham gia nữa. Hãy tranh thủ kỳ thi hàng tháng tại các trung tâm Anh ngữ, ứng tuyển vị trí tình nguyện viên cho một câu lạc bộ nào đó hay tìm những việc làm thêm phù hợp với khả năng. Bạn sẽ vừa luyện được cách giữ thăng bằng, ổn định tâm lý trong những tình huống áp lực, căng thẳng, vừa có kinh nghiệm, có niềm vui, có những mối quan hệ mới và nhiều khi kiếm được tiền để trang trải cho việc học của mình. Một cách khá hữu hiệu và đơn giản nữa đó là xung phong chữa bài trên lớp - vừa cải thiện điểm, vừa giúp bạn chống chọi với nỗi sợ kiểm tra.

Trong những trường hợp bí bách quá, bạn cũng đừng ngần ngại tới gặp giáo viên bộ môn, hay bất kỳ người bạn thân quen nào. Bạn có thể không nhận ra sai lầm của mình, điều này không có gì phải băn khoăn cả, vì đa số chúng ta đều đã có lúc bị "mù đường" như vậy. Hãy tìm đến những người có đủ khả năng và độ nhiệt tình, và kể cho họ nghe những rắc rối, sai lầm trong thi cử, học tập của bạn. Rất có thể họ sẽ đưa ra giải pháp hay ho nào đó cho bạn, hay chỉ đơn giản là lắng nghe tâm tư của bạn thôi cũng đã quá đủ rồi. Không chỉ thành công, mà ngay cả thất bại cũng cần được chia sẻ. Và, biết đâu đấy, nếu họ cũng có chung vấn đề y như bạn, hãy rủ họ cùng cố gắng cải thiện tình hình tồi tệ hiện tại.

Đừng coi sai lầm chỉ là những mẩu giấy bị vò nát nằm gọn trong đáy thùng rác. Hãy bới chúng lên, xem xét, và học hỏi. Tôi tin rằng, khi biết xem xét và phân tích những sai sót đã mắc phải, cũng như có biện pháp cải thiện điểm số và kiến thức hợp lý, bạn sẽ không bao giờ chỉ đứng nguyên ở vị trí hiện tại.

Một sinh viên thông minh nhưng không biết rút kinh nghiệm sớm muộn cũng tụt hậu so với người biết cầu thị, sửa sai.

44
Điểm số không phải là tất cả

Làm việc đừng quá trông đợi vào kết quả, nhưng hãy mong cho mình làm được hết sức mình.

- Anita Hill

Trong trường đại học, có thể bạn sẽ bắt gặp nhiều sinh viên luôn bị ám ảnh bởi nỗi lo điểm số. Đừng chìm đắm trong những con số đó, vì điểm thi chỉ là một trong số những tiêu chí đánh giá kết quả học tập của bạn mà thôi.

Kết quả thi bị tác động bởi rất nhiều yếu tố như tâm lý, điều kiện thời tiết, hoàn cảnh khách quan như ốm đau bất chợt... Có vô vàn lý do để bạn không thể hoàn thành bài làm được như khả năng. Vì thế, đừng chỉ đánh giá năng lực của bản thân dựa vào điểm thi hay điểm tổng kết môn học. Hãy lắng nghe và khích lệ chính mình để hướng đến những thành công lớn hơn sau này. Quan trọng hơn, đừng phí hoài mấy năm đại học chỉ để chăm chăm vào đống sách vở hay lo lắng cho các kỳ thi. Trường đại học không chỉ là nơi đào tạo kiến thức nền tảng, mà còn là môi trường phát triển kỹ năng sống và kỹ năng làm việc. Để thực sự thành công, bạn phải cân bằng giữa việc học và các hoạt động bổ trợ. Hãy đăng ký vào câu lạc bộ khiêu vũ, câu lạc bộ thể thao, nghệ thuật hay bất kỳ câu lạc bộ nào bạn yêu thích. Hãy thử tìm hiểu câu lạc bộ Kinh tế, Marketing, PR, hay các câu lạc bộ báo chí trong và ngoài trường của bạn. Khi tham gia những hoạt động như vậy, không chỉ kiến thức của bạn, mà các kỹ năng sống hữu ích như kỹ năng lãnh đạo, thuyết trình, kỹ năng làm việc nhóm... cũng sẽ được cải thiện đáng kể.

Đừng trì trệ hóa bản thân với nỗi dằn vặt hay sự tự mãn vì những con số trong bảng điểm. Hãy để mọi người thấy rằng, bạn là một sinh viên

đầy nhiệt huyết, cầu tiến và biết hành động cho bản thân cũng như tương lai của mình. Tri thức mới là cái đích cuối cùng bạn cần chinh phục, chứ không phải điểm số.

45

Hãy đi chơi thôi

Giấc ngủ sau lao động vất vả, bến cảng sau biển khơi giông tố, sự bình yên sau chiến tranh, cái chết sau cuộc đời đều là niềm vui lớn lao.

- Edmund Spenser

Và vì điểm số không phải là tất cả, chẳng có lý gì thi xong rồi mà bạn vẫn ngồi ru rú một góc để tiếc nuối chỗ này, nghĩ ngợi chỗ kia. Chẳng có ích gì khi tự gây áp lực cho mình như vậy. Hãy dẹp hết sách vở, bài tập lại và đi chơi thôi!

Trải qua quãng thời gian thi cử căng thẳng, cơ thể, não bộ và cả tâm lý bạn cần có thời gian nghỉ ngơi, phục hồi. Hãy tưởng tượng bạn giống như một sợi dây chun, nếu kéo căng quá, nó sẽ đứt phựt. Biện pháp khả quan nhất bây giờ là tạm thời dẹp hết chuyện học hành, thi cử sang một bên, để đầu óc và cơ thể bạn được thư giãn.

Sau kỳ thi thường sẽ là một kỳ nghỉ dài – nghỉ hè hay nghỉ tết. Đây chính là khoảng thời gian dành cho những hoạt động ngoài sách vở. Bạn có thể tận dụng nó để học hỏi thêm nhiều điều, tìm hiểu thêm về văn hóa cũng như phong tục tập quán của các vùng miền khác nhau, tham gia các hoạt động tình nguyện. Bạn có thể đi du lịch đến những nơi mình thích, học một môn ngoại khóa thú vị mà bạn chưa có thời gian thực hiện trong năm, hay đơn giản là trở về bên gia đình sau nhiều tháng xa cách.

Trên thực tế, thời của mọt sách đã qua rồi, những tay sinh viên xuất sắc và khôn ngoan nhất không hề chúi đầu vào đống sách vở đến hết hè như bạn tưởng. Thay vào đó, họ lên kế hoạch đi chơi, đi học, đi làm thêm..., những việc khiến họ cảm thấy hào hứng và

hữu ích. Không chỉ là quãng nghỉ, khoảng thời gian đó còn có tác dụng tích lũy năng lượng giúp họ có sức bật mạnh vào đầu kỳ học mới.

Chẳng có ích gì khi tự gây áp lực cho mình. Hãy dẹp hết sách vở, bài tập lại và đi chơi thôi!

46

Tiếp tục đặt mục tiêu cho kỳ học tới

Anh có thể bắn trượt mục tiêu nếu nhắm quá cao hoặc quá thấp.

- Thomas Fuller

Mỗi kết thúc là mở ra một sự khởi đầu. Vì thế, không gì thích hợp hơn là đặt ra mục tiêu mới để chinh phục với xuất phát điểm là những gì hiện có. Nếu điểm thi kỳ này của bạn không được như mong muốn, hãy tìm bằng ra nguyên nhân để khắc phục và coi đó là mục tiêu đầu tiên cho kỳ học tới.

Hãy đưa ra một mục tiêu xa (từ giờ cho tới cuối kỳ tới hay năm học tới chẳng hạn), sau đó chia mục tiêu lớn thành các mục tiêu nhỏ. Tìm đường đến mục tiêu lớn trong khi không chia ra thành các mốc nhỏ giống như người chưa biết bơi mà muốn bơi ngay từ đầu bên này sang bên kia bể. Có tinh thần phấn đấu là tốt, nhưng hãy hiện thực hóa nó bằng những cái mốc nhỏ vừa tầm. Chiến lược đạt từng mốc nhỏ một sẽ giúp bạn tiến gần đến đích lớn thuận lợi và có định hướng hơn rất nhiều. Hơn nữa, chia nhỏ mục tiêu giúp bạn kiểm soát tiến độ và điều chỉnh kịp thời, tránh chệch hướng ngày càng xa. Nếu cứ vượt qua từng mốc thật chắc chắn, vững vàng, sẽ chẳng có lý do gì khiến bạn phải băn khoăn, lo lắng về lực học cũng như điểm tổng kết cuối kỳ cả.

Mọi phương pháp học thi trong cuốn sách này sẽ trở thành vô ích nếu bạn không xác định rõ mục tiêu học tập cho bản thân mình. Ngoan ngoãn nghe giảng trong lớp học, hoàn thành hết bài tập được giao và học thuộc lòng cả cuốn sách chỉ giúp bạn trở thành sinh viên chăm chỉ, chứ chưa phải là một sinh viên khôn ngoan và có trách nhiệm với chính mình. Đừng chỉ là một người học vẹt,

hãy thay đổi để trở thành người học độc lập và có chiến lược. Những sinh viên thành công luôn biết mình đã có những gì trong tay và không ngừng tìm kiếm những giá trị mới phù hợp với bản thân, cũng như thẳng thắn xem xét chính bản thân mình.

Tôi kết thúc cuốn sách bằng một dấu đỏ vào lời khuyên cuối cùng này, với niềm tin rằng chỉ có ý chí và quyết tâm của bản thân mới quyết định sự thành bại cho bạn, không chỉ trong các kỳ thi ở trường mà còn cả khi ra ngoài xã hội, trải qua nhiều thử thách cũng như cơ hội khác nhau. Hãy định hướng bản thân, chọn một đôi giày vừa chân và học cách đi, hãy học cách động viên chính mình để không lùi bước trước khó khăn. Và giờ thì xuất phát thôi, đường đi đang ở ngay dưới chân bạn, chẳng có gì khó khăn đến mức bạn phải ngại ngần không đặt bước đầu tiên.

Chúc các bạn thành công!